Curso de Inclusão Digit@L

Método Músculo cerebral cognitivo



Avaliação, Suporte e Assessoria | Grupo Básico ou Vip para Negócio

SCA ALUNO

App do Aluno

Bate Papo Digit@L

Produtividade Social

gov.br

IA

www.ccape.com.br

11 4541-1291

11 9 6390-3004

Ccapemelhoridadee

Disponível para todo Brasil

Somos um centro de atividades que promove **Cursos - Passeios - Eventos**.
O **Ccape Melhor Idade** é uma empresa de tecnologia educacional que oferece um ecossistema com experiências na produtividade social e educação digital 45+, focando em conhecimento, autonomia, estímulo, convivência e qualidade de vida.

Curso Cognitivo de Inclusão Digital | Método Músculo Cerebral
Temos um método com conteúdo autoral educacional baseado em exercícios progressivos, terapêuticos, repetição guiada e prática funcional, desenvolvido após anos de aplicação com alunos de diversos níveis culturais e necessidades de coordenação, inclusão e produção de negócios no digital. **O método oferece:**

1- **Avaliação** pessoal com pontuação progressiva de forma personalizada
2- **Aplicativo do aluno** com micropassos guiado e zoom de revisão
3- **Suporte humano** online ou presencial
4- **Programa de notícias** "Bate-Papo Digital"
5- **Passeios e eventos** para socialização em grupo

Durante o treinamento, o aluno treina diretamente em seu próprio aparelho, acompanhando instruções ampliadas em nossos totens e dispositivos de produção. Também são utilizados micro passos e vídeos educativos, baseados no conceito de microlearning, reforçando cada etapa do aprendizado.
Nosso conteúdo é constantemente atualizado pela nossa central de desenvolvimento e acompanhamento andragógico seguindo as demandas tecnológicas do momento.

A equipe é especializada em ensino, suporte técnico e acompanhamento cognitivo, atuando de forma presencial e online. Nosso sistema é capaz de atender de 1 a 480 usuários por semana, de acordo com nossa escalabilidade e flexibilidade de horários.

Programa Bate-Papo Digit@L Acontece toda segunda-feira 16h10 e as 20h00 com duração de 1h com palestras, noticiários e tendência tecnológica.

> ***Assunto** "O ícone da agilidade digital" interpretação e aporte de conhecimento também no empreendedorismo 45+

Além do **curso** nosso ecossistema organiza **passeios e eventos em grupo**.
Atividades essenciais para o engajamento interativo em ambientes tecnologico e socialização de novas amizades promovendo o enriquecimento pessoal.

O Ccape apoia o parceiro local, universidades, centros de convivência, instituições, projetos sociais, empresas B2B, profissionais de saúde e educação.
O objetivo do nosso conteúdo, aplicação e estrutura é ampliar a inclusão digital, estimular o desenvolvimento cognitivo e promover qualidade de vida por meio da **produtividade social e educação digital 45+** em todo o Brasil.

Valores Mais do que ensinar tecnologia, o CCAPE entrega autonomia digital, conexão social, estilo de vida, posicionando o aluno como protagonista no mundo moderno.

SUMÁRIO

SCA Simulador.....Pagina 01

1 SCA: Como acessar -
2 SCA: Como ver treino apostila -
3 SCA: Como ver frequencia -
4 SCA: Como acessar online -
5 SCA: Como ver produto -
6 SCA: Como copiar **cód Pix -**
7 SCA: Como pagar no crédito -
8 SCA: Como alterar senha -
9 SCA: Esqueci a senha -
10 SCA: Contrato -

APP.....Pagina 02

1 Relógio: Como despertar -
2 Relógio: Como excluir histórico -
3 Relógio: Como programa semana -
4 Calculadora: Como calcular -
5 Contato: Como adicionar e editar -
6 Contato: Como baixar app -
7 Calendário: Como ver data -
8 Dados moveis: Como acessar -
9 Wi-Fi: Como acessar -
10 Bluetooth: Como acessar -

WHATSAPP .....Pagina 03

1 Whats: Como editar perfil -
2 Whats: Como criar editar contato -
3 Whats: Como ver contato QR code -
4 Whats: Como enviar mensagem você -
5 Whats: Como encaminhar contato -
6 Whats: Como enviar localização -
7 Whats: Como editar e enviar fotos -
8 Whats: Como postar status 24h -
9 Whats: Como ver armazenamento -

GMAIL .....Pagina 04

1 Gmail: Como saber seu e-mail -
2 Gmail: Como escrever e-mail -
3 Gmail: Como anexar documento -
4 Gmail: Como favoritar -
5 Gmail: Como excluir e esvaziar lixeira -
6 Gmail: Como responder e-mail -
7 Gmail: Como abrir anexo -
8 Gmail: Como excluir spam -
9 Gmail: Como excluir rascunho -
10 Gmail: Como add e-mail contato -

GOOGLE .....Pagina 05

1 Google: Como acessar notícias -
2 Google: Como pesquisar vídeos -
3 Google: Como copiar e colar -
4 Google: Como fazer avaliação -
5 Google: Como pesquisar fotos -
6 Google: Como pesquisar imagem -
7 Google: Como traduzir -
8 Google: Como salvar imagem -
9 Google: Como traçar rota -
10 Google: Como acessar IA -

GOOGLE FOTOS .....Pagina 06

1 Fotos: Como ver armazenamento -
2 Fotos: Como fotografar e filmar -
3 Fotos: Como excluir esvaziar lixeira -
4 Fotos: Como fazer colagem -
5 Fotos: Como fazer vídeos -
6 Fotos: Como criar álbum -
7 Fotos: Como editar -
8 Fotos: Como capturar tela (Print) -
9 Fotos: Como favoritar -

GOOGLE DRIVE.....Pagina 07

1 Drive: Como ver armazenamento -
2 Drive: Como criar renomear excluir -
3 Drive: Como fazer upload -
4 Drive: Como mover arquivos de pasta -
5 Drive: Como digitalizar documento -
6 Drive: Como arquivar doc. do whats -
7 Drive: Como enviar para whatsApp -
8 Drive: Como pesquisar e favoritar doc -
9 Drive: Como compartilhar -
10 Drive: Como parar de compartilhar -

GOOGLE DRIVE DOC ....Pagina 08

1 Drive doc: Como criar -
2 Drive doc: Como copiar e colar texto -
3 Drive doc: Como formata texto básico -
4 Drive doc: Como trocar fonte -
5 Drive doc: Como copiar e colar link -
6 Drive doc: Como inserir imagem -
7 Drive doc: Como mover doc de pasta -
8 Drive doc: Como favoritar doc -
9 Drive doc: Como enviar cópia whats -
10 Drive doc: Como compartilhar -

DRIVE PLANILHA.....Pagina 09

1 Drive Pla: Como criar -
2 Drive Pla: Como controlar financias -
3 Drive Pla: Como alinhar, dar cor -
4 Drive Pla: Como criar notas -
5 Drive Pla: Como fazer soma -
6 Drive Pla: Como congelar célula -
7 Drive Pla: Como mover planilha -
8 Drive Pla: Como favoritar -
9 Drive Pla: Como enviar cópia whats -
10 Drive: Como compartilhar -

CANVA .....Pagina 10

1 Canva: Como acessar -
2 Canva: Como criar A4 -
3 Canva: Como criar pasta -
4 Canva: Como mover projeto -
5 Canva: Como fazer uploads -
6 Canva: Como renomear e criar pág -
7 Canva: Como fazer Download -
8 Canva: Como editar arte pronta -
9 Canva: Como excluir e limpar lixeira -
10 Canva: Como fazer vídeo -

FACEBOOK .....Pagina 11

1 Facebook: Como acessar -
2 Facebook: Como editar perfil -
3 Facebook: Como postar stoy -
4 Facebook: Como ver notificação -
5 Facebook: Como comentar -
6 Facebook: Como solicitar amizade -
7 Facebook: Como fazer post -
8 Facebook: Como postar reels -
9 Facebook: Como criar album -

INSTAGRAM.....Pagina 12

1 Instagram: Como acessar perfil -
2 Instagram: Como editar perfil -
3 Instagram: Como postar Story -
4 Instagram: Como ver notificações direct -
5 Instagram: Como curtir, comentar, posts -
6 Instagram: Como seguir amigos -
7 Instagram: Como fazer postagem -
8 Instagram: Como postar reels -
9 Instagram: Como criar Álbum -

UBER.....Pagina 13

1 Uber: Como acessar perfil -
2 Uber: Como saber avaliações -
3 Uber: Inf Como pg em dinheiro -
4 Uber: Como configurar pagament -
5 Uber: Como pesquisar preço -
6 Uber: Como solicitar 2 endereço -
7 Uber: Como solicitar -
8 Uber: Como programar viagem -
9 Uber: Como ver histórico -
10 Uber: -

BANCO.....Pagina 14

1 Banco: Como acessar perfil -
2 Banco: Como saber saldo -
3 Banco: Como ver fatura crédito -
4 Banco: Como fazer PIX -
5 Banco: Como fazer pix qr code -
6 Banco: Como pagar boleto cod barra -
7 Banco: Como fazer transferência -
8 Banco: Como fazer compra crédito -
9 Banco: Como fazer compra no crédito -

Auto Cad.....Pagina 15

1 Cad: Como acessar fazer linha -
2 Cad: Como tracejar linha -

Ccape Melhor Idade

PLANO DE AULA - MÓDULO SCA ALUNO CCAPE

Sistema Ccape Aluno

O aplicativo do aluno (SCA) Ccape é a ferramenta central da metodologia, funcionando como uma plataforma de aprendizagem integrada e um simulador virtual.
Ele possibilita que os alunos pratiquem, revisem atividades e monitorem seu progresso.

APLICAÇÃO:

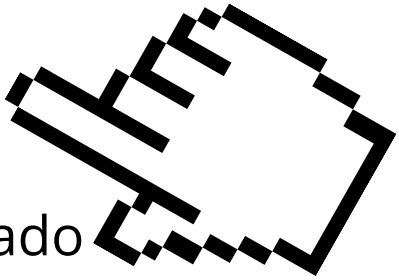
- O Professor analisa a pontuação do registro de treino do aluno.
- O Aluno consulta a apostila digital (SCA) para revisar o conteúdo.
- O Professor atualiza as novas pontuações do progresso nos exercícios.

Nosso Guia de Treino e Revisão contém 10 exercícios com instruções passo a passo, projetados para gerar microresultados. O uso de pequenas doses de repetição, controladas pelo professor, permite corrigir postura, hábitos e desenvolver a coordenação, inclusão e negócios no digital.

Exercício localizado

Repetição orientada em micro resultados

Use **Zoom** com os dedos e posicione o seu **passo** desejado



Guia de Revisão **Método** Músculo cerebral cognitivo

Marca registrada | Todos os direitos reservados - Propriedade intelectual

Como acessar app Ccape?

Como acessar app SCA?

1. Toque **SCA aluno**
2. Digite seu **e-mail** ou **CPF**
   Toque **CONTINUAR**
3. Digite **Senha: Provisória**
   ou sua Nova Senha
   * * * *
   ENTRAR

BEM VINDO

Como deslogar?

4. Toque abaixo **Menu**
   Role até a opção **X Sair**
5. **Retorne** < fechar x seu app

***Veja o microvídeo**

2 SCA*. **Como** ver Treino e Apostila?

1. Toque **SCA aluno**
2. Role, até **botão Treino**
   Leia ficha de exercícios
   veja seu progresso 12345...
   avalie junto com o monitor
3. **Seta <** Retorno **início**
4. Toque, Botão
   toque **Apostila**
   Aula On-line
   Microvideo
5. Use **Zoom** e posicione **passo** desejado

3 SCA*. **Como** ver Frequência ler contrato?

1. Toque **SCA**
   Role até **Frequência**
2. Toque seta e veja **< JAN >**
   Presença **Feriado**
3. Retorne < Início
4. Toque **Matrículas**
   Ativas ou Outras
5. Role veja informações
   visualizar Contrato
   Compartilhe PDF p/ **você**
6. **Retorne** < fechar x seu app

4 SCA*. **Como** ter suporte Online?

1. Toque **SCA**
2. Toque **botão** curso
   Aula Online
3. Observe seu e-mail
   toque PARTICULAR
4. Abrir e fechar **Fone**
   Enviar **Emogi** **Câmera**
   Toque **3 Pontos** opção compartilhar tela
   Toque **Continuar**
   Iniciar Trasmissão
5. Toque **Sair** da reunião

Câmera Fone Saída

5 SCA*. **Como** ver produtos?

1. Toque **SCA**
   Role até **Produtos**
2. Role e **visite** vitríne de produtos para **vendas**.
3. Digite na barra de pesquisa
   (B de bolacha) **Buscar**
4. Feche no **retornar <**
   Opcional: Solicite compra de produto verbal ao professor pagamento Pix, Cartão ou Dinheiro

6 SCA Simulador*.. **Como** copiar **cód Pix**?

1. Compre snacks ou presente
2. Toque **SCA**
   Role até **Pagamento**
3. Veja inf. **Toque PAGAR**
   Pix
4. **Continuar / Gerar QR**
   Toque **copiar** cód
   < **0** Fechar o SCA
5. Abra app do **Banco**/Pix
   cole o código
   Continuar, ver Vind online
   confirme e **compartilhe**
   recibo no seu WhatsApp
6. Veja notificação no **e-mail**
   veja seu app SCA

7 SCA Simulador*.. **Como** pagar no crédito?

1. Toque **SCA**
   Role até **Pagamento**
2. Toque botão Aberto / Pago
3. Toque **PAGAR**
   Catão crédito
4. Digite informações do cartão
5.
6. Acesse e veja notificação no seu e-mail cadastrado

8 SCA Simulador*.. **Como** alterar senha?

1. Toque **SCA**
2. Localize **Perfil**
3. Toque opção **Alterar Senha**
   Digite Senha Atual / Provi
   Digite Nova Senha
   Confirme Nova Senha
4. ALTERAR
5. **Feche** x retorno <

9 SCA Simulador*.. **Esqueci** a senha?

1. Toque **SCA**
2. Digite seu **e-mail** ou **CPF**
   Toque **CONTINUAR**
3. Toque abaixo **esqueci senha**
4. Toque **sim** p/ enviar códig no seu e-mail ou sms
5. Feche, Localize e-mail botão **Redefinir Senha**
6. Digite **Nova senha**, **confirme** e **salve**

Como assinar Contrato no aplicativo SCA Aluno?

1. Toque digite email ou CPF
   senha provisória
2. LER O CONTRATO E ASSINAR
   Ler **Concordar e Assinar**
3. Selecione receber cód por **sms** ou **e-mail**
4. Arraste, veja cód
   acesse e-mail ou **sms** mensagens
5. Retorne ao **SCA** digite 5 cód
   Confirmar / Toque **Ok**

Pix

Informe o valor quando for pagar

CCAPE CURSOS LIVRES LTDA ME

CNPJ 10.649.439/0001-01

Abra o App do seu Banco
Selecione opção "Pix"

Mire câmera para "QR"

Marca registrada | Todos os direitos reservados - Propriedade intelectual

Como acessar aplicativos?

1 Relógio*.
Como despertar?

1. Toque App **Relógio**
2. Toque botão **Alarme**
3. Toque Sinal de **Mais**
4. Ajuste **hora** ou minuto
5. Localize Campo para digitar **Nome** ou **Etiqueta** do alarme
   Passeio ou Curso Ccape
6. Toque ok, **Salvar**
7. **Feche** X ou 0 < _
   Aguarde o despertar

2 Relógio*.
Como excluir programa?

1. Toque App **Relógio**
2. Toque botão **Alarme**
3. Toque no alarme **desejado** segure 3 segundos
4. **Toque** opção **apaga** ou **excluir**
5. Feche X 0 ou < _

3 Relógio*.
Como despertar semana?

1. Toque App **Relógio**
2. Toque botão **Alarme**
3. Toque Sinal de **Mais**
4. Ajuste **hora** ou minuto
5. Toque programar repetição
   Terça, **Quarta**, Sábado
6. Toque marcar nome etiqueta exemplo (**Remédio...** Bate Papo)
7. Toque **Salvar**
8. **Feche** X ou 0 < _
   Mostre para o seu monitor

4 Calculadora*.
Como calcular?

1. Toque na **Calculadora**

1.500 + 500 = 2.000,00
2,50 - 0,50 = 2,00
1.500,05 x 2 = 3.000,10
3 divide 2 = 1.5

AC

2. **Arraste** e Localize seu WhatsApp
3. Envie Whats p/ você armando toda operação 1.500+500=
4. WhatsApp tem 5 minutos para editar erros
   *Toque Segure 3 segundos

5 Contatos
Como adicionar novo amigo?

Buscar pesquisa Teste

1. Toque **Contatos**
   Toque **Mais**
   Digite **Nome** Amigo Teste
   Digite **Tel**efone 11 90000-0000
   Toque **Salvar**
2. Correção Erro
   Toque **Editar** ou lápis
3. Toque OK **Salvar** ou **Apagar**

6. Aplicativos*.
Como baixar aplicativos?

1. Toque **Play Store** ou **App store**
2. Toque **Lupa**
   Pesquisa
3. Toque **pesquisar**
   Pesquisar apps e jogos
   Digite exemplo: **SCA** aluno
4. **Localize** o app
   Toque opção Instalar
5. Retorne tela inicial < fechar x **localize** o app

7 Calendário*.
Como ver data de passeios?

1. Toque **Google**
   Toque **Barra Pesquisa**
   digite: Ccape Melhor Idade
2. Role, Veja o site **www**
   data de passeios e eventos
3. Feche guia no X ou <
4. Toque **Calendário** ou **Agenda Google**

JAN < | > DEZ
S T Q Q S S D

Só Veja
o mês e dia da semana

8 Dados Moveis*.
Como Acessar?

1. Toque **Ajuste** ou **Configuração**
2. Toque **Dados Móveis** uso de dados e ver: **Ativado** Desativado
3. Atenção! Wi-Fi seria bom estar Desligado
4. Feche X ou <

9 Wi-Fi*.
Como acessar?

1. Toque **Ajuste** ou **Configuração**
2. Toque Wifi
   Localize rede opção (Ccape)
   Toque **Ativar** Desativado
3. Senha: 277ccape
   Senha: ccape4st
4. Opção Esquecer
   * * * *
5. Feche X ou <
   Repita operação

10 Bluetooth*.
Como acessar fone ou caixa?

1. Toque **Ajuste** ou **Configuração**
2. Toque **Bluetooth** **Ativado** Desativado
3. Procurar dispositivos **Parear** / Desconectar
4. Aperte por 3 segundos até ouvir sinal de conexão
5. Arraste
6. Toque YouTube
   digite karauke **sertanejo**

Marca registrada | Todos os direitos reservados - Propriedade intelectual

Como acessar WhatsApp?

1 WhatsApp*. **Como** editar perfil?

1. Toque WhatsApp Conversas
2. Toque no perfil **Configuração**
3. Toque **foto** Perfil
   Memorize seu Número
   +55 11 9
4. Toque **editar foto**,
   Toque **galeria** ou **tire** uma nova foto para o seu perfil
   Opção: Ajuste para enquadrar a posição da foto / **Ok Salvar**
5. Toque **feche** x retorno<

***Veja o microvídeo**

2 WhatsApp*. **Como** criar Contato?

1. Toque WhatsApp Conversas
2. Toque **Novo contato**
3. 11 96390-3004
   Digite **Telefone, Nome**
   Sobrenome ou referência
4. Toque **salvar**
   Opção Mande mensagem Oi

Opção Editar

5. Toque no **Nome** do **Amigo**
6. Toque **editar** Salvar
   ou **Excluir**

***Veja o microvídeo**

3 WhatsApp*. **Como** conversar via QR?

1. Toque WhatsApp Conversas
2. Toque **Novo contato**
3. **Toque no QR**,
   toque **escaniar** em seguida mire o celular
   11 96390-3004
   "Veja Nome do amigo." Oi
4. **Salve** e Mande mensagem

***Veja o microvídeo**

4 WhatsApp*. **Como** editar para você?

1. Toque WhatsApp
2. Toque **Novo contato**
3. Toque na barra de pesquisa digite a palavra (**você**)
4. Toque no **seu perfil**
   Digite um frase para você:
   "Quem aprende não depende"
5. Segure **3 seg**undos na última mensagem
   Opção **editar**
   faça sua correção
   OK **certo**
   "Quem depende não aprende"

5 WhatsApp*. **Como** encaminhar contato?

1. Toque WhatsApp
   toque conversas c/ **Amigo**
2. Digite conversa:
   Olá!
   Estou enviando o contato da escola Ccape cursos e passeios
3. Toque mais **anexar**
4. Toque opção **Contato**
   Ex: **Ccape**..
5. **Toque Enviar**

***Veja o microvídeo**

6 WhatsApp*. **Como** enviar localização?

1. Toque WhatsApp
   toque conversas c/ **Amigo**
2. Digite conversa:
   Olá!
   Estou enviando minha localização. Estou no Ccape
3. Toque mais **anexar**
4. Toque Localização
   Compartilhar localização tempo real
5. Toque **Enviar** por 1hora

Veja, opção parar d compartilhar

***Veja o microvídeo**

7 WhatsApp*. **Como** editar fotos?

1. Toque WhatsApp
   toque conversas c/ **você**
2. Toque anexar + **mais**
   Galeria escolha uma foto
   Toque no **lápis editar**
   Aa
3. Toque nas ferramentas e faça bonito coloque **figura, texto,** recorte e **salve** antes de enviar para o amigo
4. Toque **Enviar** 1

***Veja o microvídeo**

8 WhatsApp*. **Como** postar status?

1. Faça mini vídeo ou foto c/ Ccape
2. Toque WhatsApp
3. Toque **Atualizações**
4. Toque
5. Localize uma **foto** ou vídeo
   Editar música
   Toque **opção A**
6. Toque opção compartilhar...
7. Veja visualizações **WhatsApp**
   8

***Veja o microvídeo**

9 WhatsApp*. **Como** limpar armazenamento?

1. Toque WhatsApp
   conversas
2. Toque **Configuração**
3. Toque **Armazenamento** de **Dados** em seguida toque em **Gerenciar armazenamento**
   "Anote o antes e o Depois da limpeza"
   Usado 00,00 GB **Disponível** 00,00 GB
4. Selecione arquivos grandes
   ex: **vídeos** ou fotos
5. Selecione imagens
   toque apagar

***Veja o microvídeo**

Marca registrada | Todos os direitos reservados - Propriedade intelectual

Como acessar Gmail?

1 Gmail*. **Como** saber seu e-mail?

1. Toque Gmail
2. Toque **seu Perfil** acima
   Anote:
   seuemail**@gmail.com**
3. **Importante** Caso de furto:
   Toque (Gerenciar Conta Google)
   Toque **informações pessoais**
   anote "Telefone, e-mail de segurança"
4. Toque **< Retorno**
   Toque **menu** ☰ **principal**
   ver data:hora dos emails

*Veja microvídeo

Para trocar ou esquecer senha
treine passo 1, 8 e 9 SCA

2 Gmail: **Como** escrever e-mail?

1. Toque Gmail
   Toque abaixo **LÁPIS Escrever**
2. Toque no campo **PARA**:
   Digite: e-mail **destinatário**
   você mesmo ou filhos e netos
3. Toque campo **Assunto:**
   digite exemplo **Treino 1,2...**
4. **Toque abaixo Digite:**
   Olá! Estou enviando esta mensagem para compartilhar algo que certamente trará alegria à sua semana: .....
   Atenciosamente,
   Seu nome e sobrenome / Tel...
5. Toque **Enviar**

*Veja microvídeo

3 Gmail: **Como** anexar documento?

1. Tire foto **Câmera** Galeria
2. Toque Gmail
   Toque abaixo **LÁPIS Escrever**
3. Toque no campo **PARA**:
   Digite: e-mail **destinatário**
4. Toque campo **Assunto:**
   digite exemplo Treino 1 anexo
5. **Toque abaixo e digite:**
   Olá ! Segue documento anexo para sua avaliação
6. Toque **anexo**
7. Toque **Enviar**

*Veja microvídeo

4 Gmail: **Como** favoritar?

1. Toque Gmail
2. Toque **menu** ☰ opção **Principal** ou Caixa Entrada
3. Role e localize e-mails
   exemplo "Ccape" últimos ano
4. Abra e Toque na **estrela** para favoritar
5. Toque Seta **< Retorno**
6. Toque **Menu** ☰ opção **estrela** para desfazer

*Veja microvídeo

5 Gmail: **Como** esvaziar lixeira?

1. Toque Gmail
2. Toque **menu** ☰ opção **Principal** ou Caixa Entrada
3. Role e localize e-mail **indesejáveis** "observe data"
4. Abrir ou Toque 3 segundos marque e-mail p/ **excluir** e toque **lixeira**
5. Toque **menu** ☰ opção **Lixeira** localize o **esvaziar**
   Opção:
6. Recuperar Mover para

*Veja microvídeo

6 Gmail: **Como** responder?

1. Toque Gmail
2. **Localize e abra o e-mail**, que deseja responder na caixa principal
3. Toque **seta** ↩ Responder
   ↩ Responder | ↪ Encaminhar
4. Toque campo **digitar Resposta**
   Opção:
   Olá quero agradecer...
5. Toque **Enviar**

Ñ se responde automação

*Veja microvídeo

7 Gmail: **Como** abrir anexo?

1. Toque Gmail
2. **Localize** e-mail com Anexo (Ver data Hora)
   668329732_000...
   PDF
   Documento: PDF
   Foto: JPG, PNG
3. Opção
   Enviar arquivo P/ **WhatsApp**
4. Toque **feche** x retorno <

*Veja microvídeo

8 Gmail: **Como** excluir spam?

1. Toque Gmail
   ☰
2. Toque **menu,** opção **Spam**
   Localize e o Abra e-mail desejado
3. Opção
   esvaziar lixeira
   Os itens que passam mais de 30
   "spam" são excluídos automatica
   Esvaziar spam agora
4. Toque **feche** x retorno <

*Veja microvídeo

9 Gmail: **Como** excluir Rascunho?

1. Toque Gmail
2. Toque **menu** ☰ opção **Rascunhos**
3. **Localize** suas tentativas de envio de e-mail
4. Abrir ou Toque 3 segundos no e-mail que deseja continuar a **editar** ou toque **lixeira**
5. Toque **feche** x retorno <

*Veja microvídeo

10 Gmail: **Como** adicionar e-mail nos contato?

1. Toque app **Contatos**
   pesquise amigo cadastrado
   Exemplo Ccape
   11 9 6390-3004
2. Toque em **Editar**
   adicionar e-mail
   ccapemelhoridade@gmail.com
3. Toque **salvar / ok**

*Veja microvídeo

Marca registrada | Todos os direitos reservados - Propriedade intelectual

Como acessar Google?

1 Google: **Como** acessar notícias?

1. Toque App **Google**
2. Role e Toque na **matéria** para ler



Aeroporto de Caxias do Sul recebe

3. Toque **acima ...** opção **ler em voz alta**.
4. Feche X ou <

2 Google: **Como** pesquisar vídeos?

1. Toque **Barra Pesquisa** digite: Ccape Melhor Idade
2. Toque ferramenta **vídeos**

Imagens Notícias Vídeos Sho

3. Toque Vídeo com descrição YouTube.



4. Feche X ou <

3 Google: **Como** copiar e colar?

1. Toque Pesquisa digite **Ccape.com.br** ou Pensador
2. **Localize** a frase desejada
3. Toque acessar comando de seleção toque **copiar**

selecione puxando a orelhinha até ficar na cor azul o texto desejado

4. Feche X ou <
5. Toque **WhatsApp** localize amigo, toque na **caixa de texto** por 3 segundos **colar**

4 Google*. **Como** fazer avaliação?

1. Toque App **Google**
2. Toque **microfone** e fale:

Pesquisa

"Ccape Melhor Idade"

3. Role, leia informações experiências de pessoas
4. Role, toque **Avaliações**

★★★★★

Digite: como tem sido sua experiência no Ccape

Opção interagir

5. Toque visão geral / Site www

5 Google: **Como** pesquisar via foto?

1. Toque **câmera** na barra de Pesquisa, tire foto do **logotipo** Ccape, **flores** ou **código QR** para obter mais informações.
2. Role e localize **informações** sobre o **produto** ou empresa
3. Toque **...** opção copiar **URL** ou **compartilhar**
4. Selecione **Whatsapp** e envia para um **amigo**

6 Google: **Como** pesquisar usando imagem da galeria?

1. Toque **Galeria** ou **fotos** e localize uma foto com objeto
2. Toque na opções compartilhar Google

Pesquisar com o Google Lens

3. Localize e toque no **site** para ler notícias e navegar
4. Feche X ou <

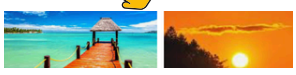
7 Google: **Como** usar tradutor?

1. Toque **Barra de Pesquisa** e digite: **Tradutor**
2. Toque e digite no campo Inglê: **Voucher**
3. Toque na **seta** para explorar e ouvir **áudio**.
4. Leia **tradução** português
5. Toque na opção **copiar**, localize **WhatsApp** para um amigo, toque na caixa de texto 3 segundos e **colar**.

8 Google: **Como** salvar imagem?

1. Toque na **Barra de Pesquisa** e digite: **Paisagem**
2. Toque ferramenta **imagem**

Todas Imagens Vídeos Shopping Notíci



3. **Toque** na **imagem** desejada segure p/ **3 segundos**, opção Salvar ou **Download**.
4. Feche X ou <
5. Localize imagem na sua **galeria** de fotos.

9 Google Maps: **Como** traçar rota?

1. Toque **Barra de Pesquisa** e digite: **Nome da Cidade**
2. Toque **ferramenta Maps**

Imagens Maps Nc

3. Toque Botão **Rotas** pra ver trajeto, tempo e Km.

Rotas Iniciar

4. Toque na opções **compartilhar WhatsApp**

10 Google Gemini: **Como** acessar inteligência artificial?

Pesquisar

1. Toque na **Barra de Pesquisa Gemini.**
2. Toque no **Digite** ou fale e se apresente, diga seu nome, **desejos** ou como conseguir...
3. Leia e faça suas **perguntas**?

Marca registrada | Todos os direitos reservados - Propriedade intelectual

Ccape Melhor Idade

Como acessar Google Fotos?

1 TB
1GB
1MB
1KB

1 Google Fotos*. **Como** ver armazenamento?

1. Toque Fotos → Ver **Perfil**
   Anote
   Usado 0 GB **Disponível** 15 GB
2. Toque (Gerenciar armazenamento)
   Toque **vídeos grandes**
3. **selecione** vídeos...
   veja espaço liberado
   toque **Excluir**
   Confirme e mova p/ lixeira
4. Retorne **seta <** toque Álbuns
   Toque **Lixeira** 3 pontos **...**
   Toque **esvasiar** lixeira

2 Google Fotos*. **Como** fotografar e filmar?

1. Toque **câmera**
   Tire uma selfie e retrato com logotipo estou no Ccape
2. Toque Pontinhos
   Toque **relógio** 3 ou 5
   Tire foto automática <
3. Toque **Fotos**
   Toque opção **Lupa**
   Digite palavra chave: ano, familia, piscina, ccape
4. Compartilhe **status** WhatsApp

3 Google Fotos*. **Como** esvaziar lixeira?

1. Toque **Fotos**
2. Toque Álbuns
   Toque opção **Dispositivo**
   Toque **opção** documento ou WhatsApp
3. **Precione** foto desejada
   Toque **lixeira**
   Toque **Permitir**
4. Toque na seta <<
   Toque **lixeira** 3 pontos **...**
   Toque **Esvazia** lixeira

4 Google Fotos: **Como** fazer Colagem?

1. Toque **Fotos** selecione quantidade de **6** fotos
2. Toque + **Adicionar**, Adicionar opção **colagem** ajustar e **salvar**.
3. **Compartilhe** no seu WhatsApp / status.

5 Google Fotos: **Como** fazer vídeo?

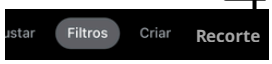
1. Toque **Fotos** selecione quantidade de **6** fotos
2. Toque + **Adicionar**, Adicionar opção **vídeo destaque,** toque 🎵**nota musical,** Ok **salvar.**
3. **Compartilhe** no seu WhatsApp / status.

6 Google Fotos: **Como** criar Álbum?

1. Toque **coleções** opção **Álbum**
2. Opção:
   Toque sinal de **Mais** caso queira criar álbum novo
3. Toque adicionar **+fotos**, selecione fotos desejadas para adicionar no álbum desejado
4. **Certifique** e feche o álbum

7 Google Fotos: **Como** editar?

1. Toque na **Fotos** desejada opção **editar**.
2. Localize ferramentas de **filtro** (branco e preto), recorte, contraste usando sua criatividade.



3. ok p/ concluir, **Salvar** ou cancelar

8 Google Fotos: **Como** capturar tela? (Print)



1. Localize **imagem** desejada aperte **botões** desligar e volume + ou - juntos
2. Toque na imagem, utilize a ferramenta **recorte** ajuste
3. Salvar (**OK**) ou **compartilhar** no WhatsApp.

9 Google Fotos: **Como** favoritar?

1. Toque **foto** desejada e toque em seguida na estrela para **favoritar.**
   ☆ Favoritos
2. Toque **Álbum** no ícone acima (**Favoritos**) veja fotos
3. Toque **novamente** na **estrela** para **Desfavoritar**



+

Marca registrada | Todos os direitos reservados - Propriedade intelectual

Ccape Melhor Idade

Como acessar Drive?

1 Drive: **Como** ver armazenamento?

1. Toque Drive **Perfil** veja e-mail logado / Feche X
2. Toque ícone **menu** visualize **armazenamento**

   Anote **Usado** 0 GB **Disponível** 0 GB
3. Toque **LIBERAR ESPAÇO**
4. Remover itens sugeridos Grandes (Vídeos GB).
5. Feche X ou <
6. Toque ícone **menu** Toque **lixeira** P/ **Desvaziar**
7. Feche X ou <

2 Drive: **Como** criar renomear ou excluir pasta?

Evento x Evento y

1. Toque Drive, **Arquivos**
2. Toque no Mais opção **Criar pasta**
3. Digite **Nome.....** (**Criar**)
4. Feche X ou <
5. **Localize** a **pasta** e toque nos 3 pontos ... mantendo fechada **opção alterar cor,** renomear **ou Remover**.
6. Feche X ou <

3 Drive: **Como** fazer upload?

1. Toque Drive, **Arquivos**
2. Toque na pasta desejada para abertura da pasta.
3. Toque Mais opção **Fazer Upload** toque na **Fotos** desejada para subir
4. Localize o arquivo. Você tem a **opção renomear /** Toque ...
5. Feche X ou <

4 Drive: **Como** mover arquivos de pasta?

Evento x Evento y

1. Toque Drive, **Arquivos**
2. Toque na pasta desejada para localizar o arquivo
3. Localize arquivo, mantendo fechado. Toque ... 3 pontos lateral do arquivo Toque **Opção mover >**
4. Toque no **meu Drive** e localize a outra pasta desejada, Toque no mover para cá.
5. Feche X ou <

5 Drive: **Como** digitalizar doc. e guardar na pasta?

1. Toque Drive, **Arquivos**
2. Toque na pasta desejada ou digitalize fora Meu Drive
3. Toque no Mais opção **Digitalizar Documento**
4. **Posicione** o celular para enquadrar a opção de uma sequencia de documento **Salvar Digite nome** para o documento, concluir e **Fazer Upload.**

6 Drive: **Como** Arquivar doc. do WhatsApp?

1. Toque **conversas**
2. Abra a conversa com o amigo onde está o documento desejado
3. Toque na imagem por 3 segundos **compartilhar**, localize Drive, toque na pasta desejada e (**Ok**)

7 Drive: **Como** enviar documento do Drive para WhatsApp?

1. Toque Drive, **Arquivos**
2. Toque na pasta desejada para **localizar** o **arquivo**
3. Toque 3 pontos ... com documento fechado e toque opção **enviar cópia**
4. **Localize WhatsApp** toque no amigo desejado e enviar

8 Drive: **Como** favoritar documentos?

1. Toque Drive, **Arquivos**
2. Toque na pasta desejada para **localizar o arquivo**.
3. Toque 3 pontinhos ... Opção **Favoritar**.
4. Toque na **Barra inferior Com Estrela**. Você tem a opção de **desfavoritar**.

Início Com estrela Compartilhado Arquivos

9 Drive: **Como** compartilhar pasta?

1. Toque Drive, **Arquivos**
2. Localize e Toque na pasta desejada
3. Toque 3 pontos ... com documento fechado e toque opção **Compartilhar**
4. **Acionar participantes** e digite email do amigo desejado
5. Digite mensagem opcional e toque **enviar**
6. Feche X ou <

10 Drive: **Como** descompartilhar pasta?

1. Toque Drive, **Arquivos**
2. Localize e Toque na pasta desejada
3. Toque 3 pontos ... com a pasta fechado e toque **detalhes e atividades**
4. Toque no amigo desejado opção Remover ou excluir
5. Feche X ou <

Marca registrada | Todos os direitos reservados - Propriedade intelectual

Ccape Melhor Idade

Como acessar Drive Doc?

1 Drive Doc: **Como** criar?

1. Toque Drive **Arquivos,** escolha a opção de **pasta**
2. Toque **Mais**, opção **documento**
3. **Digite Nome** do Documento ..... (**Criar**)
   Digite texto: "Baseado no livro **Sinta-se Seguro**"
4. **Atualize** Feche X ou<
5. Localize **abra navamente** documento para **edição**

2 Drive Doc: **Como** copiar e colar texto?

1. Toque na Pesquisa e digite frases **pensador ou Bíblia**
2. **Localize** a frase desejada
3. Toque p/ acessar comando de seleção, toque **copiar**
4. Feche X ou<
5. Toque Drive **Arquivos,** abra um **doc.** já **criado**
6. Toque por 3 segundos toque na opção **colar**

3 Drive Doc: **Como** formata texto?

1. Toque Drive **Arquivos,** abra um **doc.** já **criado**
2. Toque e selecione o título no texto e toque **B** para deixar no **negrito**
3. Toque e selecione o título no texto e toque A para deixar no **vermelho**
4. **Atualize** Feche X ou<

4 Drive Doc: **Como** alterar texto?

1. Toque Drive **Arquivos,** abra um **doc.** já **criado**
2. Toque e **selecione** o texto desejado e toque no A Acima para escolher o **tamanho** e **Fonte** desejada
3. **Atualize** e Feche X ou <

5 Drive Doc: **Como** copiar / colar link?

1. Toque na Pesquisa e digite **ccape.com.br** e navegue
2. Toque ... opção copiar **URL** ou segure na barra de pesquisa **por 3 segundos**
3. Feche X ou <
4. Toque Drive **Arquivos,** abra um **doc.** já **criado**
5. Toque por 3 segundos toque na opção **colar** no local desejado

6 Drive Doc: **Como** inserir imagem?

1. Toque Drive **Arquivos,** abra um **doc.** já **criado**
2. Toque acima + opção imagem, **Das Fotos** selecione 1 foto e **adicionar**
3. Toque 2x na imagem para proporcionar tamanho
4. **Atualize** e Feche X ou <

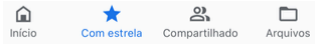
7 Drive Doc: **Como** mover documento?

Evento x → Evento y

1. Toque Drive **Arquivos,** veja documento desejado
2. Toque 3 pontinhos ... com documento fechado e toque na **opção "Mover"** <
3. Toque **Meu Drive** localize outra pasta desejada, **mover para cá**.
4. Feche X ou <
5. Certifique se o doc foi transferido

8 Drive Doc: **Como** favoritar?

1. Toque Drive **Arquivos,** veja documento desejado
2. Toque 3 pontinhos ... com documento fechado e toque na opção "**Com estrela**"
3. Feche X ou <
4. Toque **Barra inferior Com Estrela**. Você tem a opção de **desfavoritar**



9 Drive Doc: **Como** enviar cópia via WhatsApp ou e-mail?

1. Toque Drive **Arquivos,** veja documento desejado
2. Toque 3 pontinhos ... com documento fechado toque opção **>enviar cópia**
3. **Localize WhatsApp** ou email e toque no amigo desejado para enviar
4. Feche X ou <

9 Drive: **Como** compartilhar doc.?

1. Toque Drive, **Arquivos**
2. Toque na pasta desejada para **localizar** o **doc.**
3. Toque 3 pontos ... com documento fechado e toque opção **Compartilhar**
4. **Acionar participantes** e digite email do amigo desejado
5. Digite mensagem opcional e toque **enviar**
6. Feche X ou <

Marca registrada | Todos os direitos reservados - Propriedade intelectual

Ccape Melhor Idade

Como acessar Planilha?

1 Drive Planilha: **Como** criar uma nova?

1. Toque Drive **Arquivos** opção **pasta**
2. Toque **Mais**, opção **Planilha**
3. **Digite Nome** do Documento ..... (**Criar**)
4. Toque na célula **A2** digite: ITEM. **B2** VENC. **C2** JAN.
5. **Atualize** Feche X ou<
6. Localize **abra navamente** documento para **edição**

2 Drive Planilha: **Como** controlar financias?

1. Toque Drive **Arquivos,** abra um **doc.** já **criado**
2. Digite nas células:

A2	B2	C2	D2	E2
ITEM	Venc	JAN	FEV	MAR
Água	5	1,00	1	1,03

3. Toque na **coluna** desejada p/ formatar, toque acima (**A**) toque célula **formatar número**
4. **Atualize** e Feche X ou<

3 Drive Planilha: **Como** alinhar, dar cor?

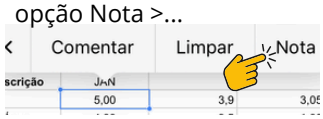
1. Toque Drive **Arquivos,** abra o doc que você já criou.
2. Toque em **uma célula** descrição e toque no **balde** cor, em seguida teste outras opções.
3. Toque em **descrição** ícone mais + linha abaixo.

	A	B
1	Descrição	JAN
2		5,00
3	Água	4,00

4. Toque no número da linha veja que aparecerá opção > Excluir

4 Drive Planilha: **Como** criar nota?

1. Toque Drive **Arquivos,** abra um **doc.** já **criado**
2. Toque por 3 segundos na **célula** desejada e localize opção Nota >...



3. 1,00 / 01 Mercado
   3,00 / 02 Mercado
4. **Atualize** e Feche X ou <

5 Drive Planilha: **Como** fazer soma?

1. Toque Drive **Arquivos,** abra um **doc.** já **criado**
2. Toque na célula desejada e digite: =SOMA (B2:B4)

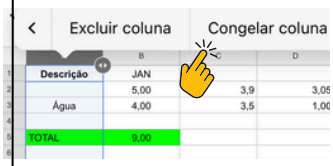
	A	B
1	Descrição	JAN
2		5,00
3	Água	4,00
4		
5	TOTAL	9,00

=SOMA (B2:B4)

3. **Atualize** e Feche X ou <

6 Drive Planilha: **Como** congelar célula?

1. Toque Drive **Arquivos,** abra um **doc.** já **criado**
2. Toque 3 Seg **coluna** onde deseja congelar < >



3. Movimente a planilha
4. Toque 3 Seg **coluna** onde deseja Descongelar < >

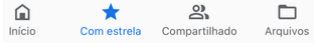
7 Drive Planilha: **Como** mover planilha de pastas?



1. Toque Drive **Arquivos,** veja documento desejado
2. Toque 3 pontinhos ... com documento fechado e toque na **opção "Mover"** <
3. Toque **Meu Drive** localize outra pasta desejada, **mover para cá**.
4. Feche X ou <
5. Certifique se o doc foi transferido

8 Drive Planilha: **Como** favoritar?

1. Toque Drive **Arquivos,** veja documento desejado
2. Toque 3 pontinhos ... com documento fechado e toque na opção "**Com estrela**" ★
3. Feche X ou <
4. Toque **Barra inferior Com Estrela**. Você tem a opção de **desfavoritar**



9 Drive Doc: **Como** enviar cópia via WhatsApp ou e-mail?

1. Toque Drive **Arquivos,** veja documento desejado
2. Toque 3 pontinhos ... com documento fechado toque opção **>enviar cópia**
3. **Localize WhatsApp** ou email e toque no amigo desejado para enviar
4. Feche X ou <

9 Drive: **Como** compartilhar planilha?

1. Toque Drive, **Arquivos**
   Toque na pasta desejada para **localizar a Planilha**
2. Toque 3 pontos ... com documento fechado e toque opção **Compartilhar**
3. **Acionar participantes** e digite email do amigo desejado
4. Digite mensagem opcional e toque **envia**
5. Feche X ou <

Ccape Melhor Idade

Lembrete do dia!

Canva

Como acessar Canva?

1 Canva
Como acessar A4?

1. Toque **Canva**
   Toque **Mais...**
   veja seu e-mail cadastrado
2. Retorne ao **início**
3. Toque botão **criar**
   tamanho **personalizado**
   A4 Largura 210 Altura 297 Puxe barra sugestão
4. Toque **elementos**
   Digite Omelete

Digite ingredientes da receita

2 Canva
Como editar recentes?

1. Toque **Canva**
2. Toque **Seus designs**
3. Localize editados recentes
4. Ver e continuar editando **Designs recentes**
6. Retorne ao **início**

3 Canva*
Como criar pasta?

1. Toque **Canva**
   Seus designs
2. Toque opção Nova pasta
   Digite **Nome** ex. Ccape 1,2,3...
   Toque **Criar**
   Role para ver

3 Como excluir?

4. Toque 3 pontos **Excluir**
5. Retorne ao **inicio**

4 Canva*
Como transferir projeto p/ pasta?

1. Abra **Canva**
   Veja **Designer Recente,** abra um **doc.** já **criado**
2. Toque 3 pontos Superior opção **Mover para uma pasta**
3. Localize, toque na **pasta desejada,**
   Toque mover para cá.
   Feche X ou <
4. Crie outro nome de pasta e movimente (Ccape 1 e 2)

5 Canva*
Como fazer Uploads?

1. Toque **Canva**
2. Toque botão **criar**
   A4 ™ **personalizado**
3. Puxe barrinha / sugestão
   Veja formato A4 branco
4. Toque **Galeria ou Upload**

Elementos Texto Galeria Marca Uploads

Use a criatividade faça bonito
Tire foto da proposta do curso

Siga orientação do monitor

6 Canva*
Como Renomear e criar páginas?

1. Toque **Canva**
2. Toque pasta seus designs
   Veja **Designer Recente,** abra um **doc.** já **criado**
3. Toque 3 pontos
4. Toque no **Lápis**
   digite **novo Nome** do Doc.
5. Toque na opção
   Ver todas as páginas
6. Toque opção **Adicionar**
   nova página ou Duplicar

Use criatividade
Siga orientação do monitor

7 Canva*
Como fazer Download?

1. Abra **Canva**
   Veja **Designer Recente,** abra um **doc.** já **criado**
2. Toque 3 pontos
3. Toque opção **Baixar**
4. Veja formato de arquivo **PNG**, JPG
5. Opção veja **Selecionar páginas**
6. Toque **Baixar** opção galeria ou WhatsApp

"No caso de imagens não autorizadas tire um print"

8 Canva*
Como editar arte pronta?

1. Toque **Canva**
2. Toque botão **criar**
   Role opção **Rede sociais**
3. **Não** Puxe Barra de sugestão escolha um **modelo abaixo**
4. Use a criatividade, substitua textos, imagens e efeitos

Siga orientação do monitor

Baixe, faça print / envie para status "redes sociais"

9 Canva:
Como limpar lixeira?

1. Abra **Canva**
   Veja **Designer Recente,** abra um **doc.** já **criado**
2. Toque 3 pontos opção **Mover p/ lixeira**
3. Retorne tela **inicial**
4. Toque **3 pontos** inicial

Criar Seus designs Modelos Mais

5. Toque **Restaurar** p/ recuperar

9 Canva:
Como fazer vídeo?

1. Toque **Canva**
2. Toque botão **criar**
   Role opção

Marca registrada | Todos os direitos reservados - Propriedade intelectual

Ccape Melhor Idade

Como acessar Facebook?

1 Facebook: **Como** acessar perfil?

1. Abra App **Facebook**
   Faça login: e-mail/número de telefone e senha
   * * * *
2. Toque menu seu **perfil**
3. Role localize abaixo "Sair"
   Confirme
4. Toque **feche** x retorno < -

2 Facebook*.. **Como** editar perfil?

1. Abra App **Facebook**
2. Toque no menu perfil
   Toque "**Editar perfil**"
3. Altere foto de **perfil** ou **capa**
   toque **sobre você** e digite **Bio**grafia "hora de aprender"
4. Role
   Informações sobre contato
   veja (i) de segurança
   email?
   Cel?
5. Toque opção "Salvar" e toque Início

3 Facebook: **Como** postar story por 24h?

1. Abra o App **Facebook**
2. Toque menu seu perfil / seu nome / "+Add ao **story**"
3. Escolha foto ou vídeo da sua galeria ou capture um novo conteúdo
4. Personalize seu story com texto, **adesivos** ou efeitos
   Aa
5. Toque "Compartilhar" para publicar o **story 24h** ou salvar

4 Facebook: **Como** ver notificações?

1. Abra o App **Facebook**
2. Toque no ícone de notificações (sino) no topo
3. Visualize as notificações recentes
4. Toque em uma notificação para detalhes ou interações com a publicação

5 Facebook : **Como** curtir, comentar?

1. Abra o App **Facebook**
2. Role o feed de notícias encontre a publicação desejada
3. Curta ou leia comentários, toque em "Comentários" ou no ícone de balão <
4. Para comentar, digite sua mensagem no campo abaixo dos comentários e toque em na seta para enviar
5. Feche X ou <

6 Facebook : **Como** solicitar amizade?

1. Abra o App **Facebook**
2. Role até ver Solicitação de amizade
   Toque no nome ou foto da pessoa que deseja adicionar
3. Clique em "Adicionar aos amigos" no perfil
4. Aguarde a aceitação do pedido
5. Caso queira pesquisar por nome toque na **Lupa**
6. Feche X ou <

7 Facebook: **Como** fazer postagem?

1. Abra o App **Facebook**
2. Toque no menu do seu perfil / seu nome / Role abaixo e toque na foto
   "O que você está pensando?
3. Escolha uma foto ou vídeo da sua galeria ou capture um novo conteúdo
4. Personalize sua postagem com texto, adesivos ou efeitos
5. Toque "Postar"

8 Facebook: **Como** postar Reels?

1. Abra o App **Facebook**
2. Toque ícone de câmera ou em "Reels" na barra inferior
3. Selecione **Criar** p/ iniciar
   Use ferramentas edição para gravar, importar vídeos, adicionar música, efeitos, textos
4. Toque "Avançar" se ok?
5. Escreva uma legenda e escolha opções de visibilidade
6. Toque "Compartilhar" para publicar

9 Facebook: **Como** criar album de foto?

1. Abra o App **Facebook**
2. Toque no seu perfil, role abaixo em Fotos ou Álbuns
3. Selecione "Criar álbum"
   Escolha fotos que deseja adicionar
4. Digite nome do álbum e adicione uma descrição
5. Defina as configurações de privacidade do álbum
6. Toque **Salvar** p/ criar álbum
   Feche X ou <



Marca registrada | Todos os direitos reservados - Propriedade intelectual

Ccape Melhor Idade

Como acessar Instagram?

1 Instagram*. **Como** acessar?

1. Abra app **Instagram**

   Se necessário:
   Faça login: e-mail ou telefone
   digite a senha
2. Toque no seu **Perfil**
3. Toque **menu** role opção **Sair**
4. Toque **feche** < retorno inicial

2 Instagram: **Como** editar perfil?

1. Abra App **Instagram**
2. Toque menu **seu perfil** / toque no botão **Editar**
3. Altere sua foto de perfil, nome, escreva sua biografia
   Apaixonado(a) pela vida.
   Aposentado(a) como… adoro
4. Toque e veja Informações da seção sobre contato pessoal
5. Toque opção "Salvar" em caso de atualização toque

3 Instagram: **Como** postar story?

1. Abra o App **Instagram**
2. Toque menu seu **perfil** / toque no Superior Opção **story** selecione 1 **foto** ou vídeo
3. Personalize seu story com textos, **adesivos** ou efeitos
   Aa CONCLUIR
4. Toque opção 3 pontos para **salvar** story na galeria ou Toque "postar" no botão seu story abaixo
5. **Toque** início veja 3

4 Instagram: **Como** ver notificações?

1. Abra o App **Instagram**
2. Toque no **início** e toque ícone do **coração**
3. Veja sua lista de **notificações** recentes
4. Toque em uma notificação para ver mais detalhes ou interagir com a publicação **curtir** ou **comentar**

5 Instagram: **Como** curtir, comentar e salvar posts?

1. Abra o app **Instagram** toque página inicial
2. Role veja publicações toque coração abaixo para curtir
   Comente no ícone balão
3. Salve uma publicação tocando no ícone **marcador**
4. Localize postagem que salvo: toque no seu **perfil** **menu** opção salvos para **desfavoritar**
5. Toque no Direct e envie link para um amigo no

6 Instagram: **Como** seguir amigos?

1. Abra o app **Instagram**
   Toque no ícone de **pesquisa**
2. Digite detalhes do nome do **amigo** ou **empresa**.....
   @ccapemelhoridadee
   Pesquisa
3. Selecione o **perfil** desejado
4. Veja sobre o perfil, posts e toque no botão **Seguir >** ou deixar de seguir
5. **Pronto!** Você está seguindo seu amigo ou empresa favorita para ver novidades

7 Instagram*. **Como** fazer postagem?

1. Abra App **Instagram**
2. Toque menu **perfil** toque no mais superior
   Opção **Post**
3. Selecione foto ou vídeo **Avançar**
4. Personalize seu post com texto, **adesivos** ou efeitos
   Aa **Avançar e Concluir**
5. Escreva uma legenda…
   #Hora de aproveitar a vida
   Marcar pessoas — Toque, digite 1 amigo para notificar.
6. Compartilhar

   Editar erro

8 Instagram: **Como** postar Reels? (Vídeo curto permanente)

1. Abra o App **Instagram**
2. Toque menu seu **perfil** / toque no superior
   Opção **Reel**
   Selecione ou faça um vídeo curto interativo e criativo > **Avançar**
3. Personalize seu Reel com texto, **adesivos** ou efeitos
   Aa **Avançar e Concluir**
4. Escreva uma legenda…
   #Bora fazer o que importa!
5. Compartilhar

9 Instagram: **Como** criar carrossel?

1. Abra o App **Instagram**
2. Toque menu seu **perfil** toque no superior opção Post / Publicação
3. Toque no **ícone** e selecione varias fotos para seu carrossel,
   Toque em "**Avançar**"
   Personalize com filtros ou edições toque em "**Avançar**"
4. Escreva uma legenda e inclua **hashtags#** relevantes
5. Toque em "**Compartilhar**"



Marca registrada | Todos os direitos reservados - Propriedade intelectual

Ccape Melhor Idade

Uber

Como acessar Uber?

1 Uber: **Como** acessar perfil?

1. Toque **Uber, conta** abaixo
2. Toque **perfil** superior
3. Toque **Informações conta** Dados pessoais ou segurança
4. Veja: **Telefone** **E-mail** logado? **Segurança** * * * * * * *
5. Para Sair: Toque conta, configuração, rolê para **sair**

***Veja o microvídeo**

2 Uber: **Como** Saber avaliações de segurança?

1. Toque **Uber, conta** abaixo
2. Toque na **estrela** abaixo do seu Nome 4.94
3. Role e **faça leitura** de atualizações e como funcionam as Avaliação
4. Toque **feche** x retorno <

***Veja o microvídeo**

3 Uber: **Como** pagar em dinheiro?

Ajuda | Carteira | Atividade

1. Toque **Uber, conta** abaixo
2. Toque na opção **Ajuda**
3. Role para acessar o **Tópico conta > Forma de pagamento >** Como funciona as viagens pagas em dinheiro > (Leia o conteúdo)
4. Toque **feche** x retorno <

***Veja o microvídeo**

4 Uber: **Como** configurar forma de pagamento?

Ajuda | Carteira | Atividade

1. Toque **Uber, conta** abaixo
2. Toque acima na carteira
3. Toque Opção forma de pagamento, escolha dinheiro toque X Fechar
4. Toque Menu Iniciar
5. Toque **feche** x retorno <

***Veja o microvídeo**

5 Uber: **Como** pequisar preço?

Uber

1. Toque Pagina Inicial viagem
2. Toque local de partida e Digite destino desejado
3. Sugestão Ccape Mauá ou Santo André Seu local bolinha / destino Quadrado
4. Toque no endereço digitado **Veja mapa do destino, veja valor R$00,00 do Uber X**
5. Toque **na seta <** feche a pesquisa **ou** Escolher Uber X

***Veja o microvídeo**

6 Uber: **Como** solicitar viagem com 2 endereço?

Uber

1. Toque Pagina Inicial viagem
2. Toque local de partida Seguida Toque no + Digite destinos desejados
3. Veja seu endereço inicial Digite os endereços ponto 1 e 2 confirmar toque **Ok**
4. Veja mapa do destino, veja valor R$00,00 do Uber X
5. Escolher Uberx

***Veja o microvídeo**

7 Uber: **Como** solicitar?

Uber

1. Toque Pagina Inicial viagem
2. Toque local de partida e Digite e confirme destino
3. Veja atentamente mapa do destino, valor R$0,00 Uber X e opção de pagamento
4. Toque Dinheiro > Escolher UberX
5. Veja marca do carro, cor, motorista, placa e tempo
6. Vá até o local de partida

***Veja o microvídeo**



8 Uber: **Como** programar sua viagem ?

Uber

1. Toque Pagina Inicial viagem
2. Toque local de partida e Digite destino desejado
3. Veja mapa do destino, veja valor R$00,00 do Uber X
4. Clique no calendário
5. Escolha horario de partida ou chegada. AVANÇAR
6. Clique ESCOLHER UBERx

9 Uber: **Como** ver Histórico de viagem?

1. Toque **Uber, conta** abaixo

Ajuda | Carteira | Atividade

2. Toque opção **atividade**
3. Visualize viagens anteriores
4. Toque Menu Iniciar

10 Uber: **Como** adicionar Gilf card crédito?

1. Abra o aplicativo Uber toque no perfil **conta**

Ajuda | Carteira | Atividade

2. Toque opção **carteira**
3. Escolha “Adicionar saldo” selecione opção “**PIX**”
4. Para adicionar crédito, insira o valor desejado e siga as instruções para concluir a transação via PIX

Marca registrada | Todos os direitos reservados - Propriedade intelectual

Como acessar Banco?

1 Banco: **Como** acessar perfil?

1. Abra seu **Banco**
2. Digite sua **senha** numérica ou facial toque em "Entrar"
3. Toque no seu **perfil** e veja informações
   Agência:
   Conta corrente:
4. Saia da conta: Vá na configurações do perfil opção **Sair** ou feche o app

2 Banco: **Como** ver Saldo e compartilhar?

1. Abra seu **Banco**
   Toque opção menu Conta
2. Toque **Ver Extrato de saldo >** para acessar suas transações
3. Toque em uma transação e gere um comprovante para Compartilhar via WhatsApp
4. Toque feche x retorno <

3 Banco: **Como** fazer print Fatura cartão de crédito?

1. Abra seu **Banco**
2. Toque em "Conta" ou veja tela menu principal
3. Selecione "**Cartão de Crédito"** toque "Ver Extrato"
4. Print: Localize imagem desejada aperte botões desligar e volume + ou - juntos / Foto na galeria
5. Toque feche x retorno <

4 Banco* **Como** pagar via chave PIX?

Compre 1 produto Ex:

1. Abra App **Banco**
2. Selecione menu "**Pix**"
3. Toque "Fazer Pagamento"
4. Digite ou copie e cole chave Pix exemplo: Ccape CNPJ 10.649.439/0001-01
5. Confirme nome digite valor e toque "Enviar" para concluir

* * * *

6. Compartilhe comprovante via WhatsApp

5 Banco* **Como** pagar via Pix QR?

Compre 1 produto Ex:

1. Abra App **Banco**
2. Selecione menu "**Pix**'
3. Escolha a opção de pagamento **Pix**
4. Mire a **câmera** para “QR”
5. Revise e confirme a transação, toque "Enviar"

* * * *

6. Compartilhe comprovante via WhatsApp
7. Toque feche x retorno <



6 Banco: **Como** pagar boleto com codgo de barra?

1. Abra App **Banco**
2. Toque menu opção pagamentos
3. Escolha "Pagamento com código de barras"
4. **Escaneie** o **código** ou insira os **números** manualmente ou copie e cole
   Veja um Boleto real
5. Revise informações, valores, data, destino e toque em "Confirmar" para finalizar com a senha de segurança

* * * *

6. Compartilhe comprovante via WhatsApp

7 Banco: **Como** fazer uma transferência?

1. Abra App **Banco**
2. Selecione "Transferências" no menu
3. Escolha "Transferência para outro banco"
4. Insira os dados da conta destinatária
5. Digite o valor e adicione uma descrição, se necessário
6. Revise as informações e toque "Confirmar"

* * * *

8 Banco: **Como** fazer pagamento do cartão de crédito?

1. Abra App **Banco**
2. Selecione "Cartão d Crédito
3. Escolha "Consultar e Antecipar Pagamento"
4. Verifique o valor da fatura
5. Toque em "Antecipar Pagamento"

* * * *

6. Confirme o valor e toque em "Confirmar"
7. Compartilhe o comprovante pelo WhatsApp

9 Banco: **Como** fazer compra na internet cartão de crédito?

e-commerce

1. Abra App **SCA** Aluno para treinar e realizar a compra de um de serviço ou produto com cartão de crédito
2. Selecione menu **Matrícula** e selecione a compra do Evento **Bate Papo Digital** preço promocional Aluno
3. Defina o **cartão** ou Pix > informe dados solicitado