

Curso de Inclusão Digit@L

Método Músculo cerebral cognitivo



08:00 09:20 10:40

13:30 14:50 16:10

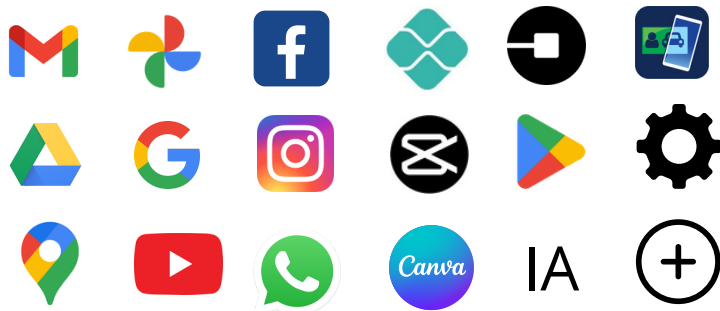
Faça sua Avaliação, Suporte e Assessoria / Em Grupo Básico ou Vip para Negócio



seu app de treino



Evento
On-Line / Presencial



www.ccape.com.br



11 4541-1291

11 9 6390-3004

Ccapemelhoridadee

Disponível
para todo Brasil

O CCape Melhor Idade é uma empresa de tecnologia educacional que promove um ecossistema de aprendizado e experiências coletivas para o público da melhor idade, focando em autonomia, estímulo mental, convivência social e qualidade de vida. É um centro dedicado ao bem-estar, desenvolvimento mental e fortalecimento emocional dos participantes.

Treinamento Cognitivo para Inclusão Digital

O Método Músculo Cerebral Cognitivo – CCape Melhor Idade é uma metodologia educacional e cognitiva estruturada, baseada em exercícios progressivos, repetição guiada e prática funcional, desenvolvida após anos de aplicação com alunos da melhor idade em aulas presenciais e online. O método utiliza uma estrutura própria composta por:

- Guia de Treinamento e Revisão com Zoom de passos localizado
- Plataforma SCA Aluno com simulador digital de exercícios
- Microvídeos para memorização e atenção
- Plano de aula progressivo e acompanhamento por professor / personal trainer
- Atividades em grupo e eventos sociais
- prática funcional no celular, computador e outros dispositivos eletrônicos

Durante o treinamento, o aluno pratica diretamente em seu próprio aparelho, acompanhando instruções ampliadas em tablets, totens e dispositivos de apoio. Também são utilizados microvídeos educativos, baseados no conceito de microlearning, reforçando cada etapa do aprendizado. Plataforma e Sistema de Acompanhamento.

O conteúdo é digital e atualizado constantemente para acompanhar as mudanças da tecnologia.

A equipe possui especialização em ensino andragógico, suporte técnico e acompanhamento cognitivo, atuando tanto de forma presencial quanto online.

Bate-Papo Digit@L / O programa de palestras e encontros sociais oferece:

- Interação social e troca de experiências
- Inclusão digital, atualizações, novidades e empreendedorismo
- Estímulo cognitivo e convivência em grupo

Além das atividades regulares, o projeto também organiza passeios e eventos em grupo. Essas atividades são essenciais para fortalecer vínculos, criar novas amizades e promover o enriquecimento pessoal.

O CCape busca parcerias com centros de convivência, universidades, instituições, projetos sociais, empresas e profissionais de saúde e educação. O objetivo é ampliar a inclusão digital, estimular o desenvolvimento cognitivo e promover qualidade de vida para a terceira idade em todo o Brasil.

SUMÁRIO

 SCA Simulador.....Pagina 01	 APP.....Pagina 02	 WHATSAPPPagina 03	 GMAILPagina 04
1 SCA: Como acessar? 2 SCA: Como ver treino apostila? 3 SCA: Como ver frequência? 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	1 Relógio: Como despertar? 2 Relógio: Como excluir histórico? 3 Relógio: Como programar semana? 4 Calculadora: Como calcular? 5 Contato: Como adicionar ou editar? 6 Contato: Como Favoritar? 7 Calendário: Como ver data? 8 Dados moveis: Como acessar? 9 Wi-Fi: Como acessar? 10 Bluetooth: Como acessar?	1 Whats: Como editar perfil? 2 Whats: Como criar editar contato? 3 Whats: Como ver contato QR code? 4 Whats: Como enviar mensagem p/ 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 corrigir mensagem? 10 Whats: Como ver armazenamento?	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 nos contato?
 GOOGLEPagina 05	 GOOGLE FOTOSPagina 06	 GOOGLE DRIVE.....Pagina 07	 GOOGLE DRIVE DOCPagina 08
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 por fotos? 6 Google: Como pesquisar imagens? 7 Google: Como usar tradutor? 8 Google: Como salvar imagem? 9 Google: Como traçar rota? 10 Google: Como acessar IA?	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?	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 compartilhamento?	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	 CANVAPagina 10	 FACEBOOKPagina 11	 INSTAGRAM.....Pagina 12
1 Drive Pla: Como criar? 2 Drive Pla: Como controlar finanças? 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?	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?	1 Facebook Como acessar? 2 Facebook Como editar perfil? 3 Facebook Como postar story? 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?	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	 BANCO.....Pagina 14		
1 Uber: Como acessar perfil? 2 Uber: Como saber avaliações? 3 Uber: Inf Como pg em dinheiro? 4 Uber: Como configurar pagamento 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:	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?		

Estrutura educacional.

Método: Músculo cerebral | Ccape Melhor Idade



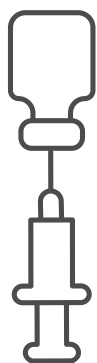
- 1- **Avaliação** personalizada e acompanhamento progressivo
- 2- **Material didático** com zoom de passos e microvídeos cognitivos
- 3- **Aplicativo** de estudo e treino interativo (SCA Aluno)
- 4- **Suporte humano** e personal traine especializado no presencial / online
- 5- **Programa de notícias e teorias** "Bate-Papo Digital"
- 6- **Eventos** e passeios para socialização em grupo

PLANO DE AULA - MÓDULO SCA

O aplicativo do aluno (SCA) é a principal ferramenta da metodologia, servindo como plataforma de aprendizagem interligada e simulador virtual. Ele permite que os alunos pratiquem, revisem atividades e acompanhem o seu progresso.

APLICAÇÃO:

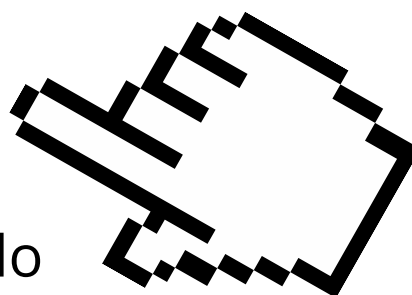
- O personal trainer avalia a pontuação da ficha de treino do aluno.
- Aluno acessa a apostila digital (SCA) para revisar conteúdo.
- O personal trainer registra novas pontuações do progresso do exercício.

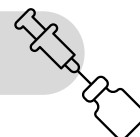


Nosso Guia de Treinamento e Revisão é composto por 10 exercícios planejados com instruções passo a passo e programados para colher microresultados dos alunos. Pequenas doses de repetição são aplicadas como se fossem ampolas medidas pelo professor, permitindo a correção de postura, hábitos e o desenvolvimento de coordenação.

Experimente nosso exercício localizado com micro resultado e repetição orientada

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





Baixe o app SCA Aluno

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
- 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...
avaleie junto com o monitor
- 3 Seta < Retorno início
- 4 Toque, Botão
toque **Apostila**
Aula On-line
Microvídeo
- 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**
- 4 Toque **3 Pontos** opção
compartilhar tela
Toque **Continuar**
Iniciar Transmissão
- 5 Toque **Sair** da reunião
Câmera Fone Saída

5 SCA*. Como ver produtos?

- 1 Toque **SCA**
Role até **Produtos**
- 2 Role e **visite** vitrine 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 código 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
ALTERAR
- 4
- 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 código
no seu e-mail ou sms
- 5 Feche, Localize e-mail
botão **Redefinir Senha**
- 6 Digite **Nova senha**,
confirme e **salve**

App SCA Aluno Como assinar Contrato? Tokem

- 1 Toque app **SCA**
- 2 **LER O CONTRATO E ASSINAR**
- 3 Leia com atenção e toque
abaixo **Concordar e Assinar**
- 4 Selecione receber cód por
sms ou **e-mail**
- 5 Arraste p/ notificação e
acesse seu e-mail ou **sms**
* * * * *
- 6 Retorne ao **SCA** digite 5 cód
Confirmar / Toque Ok

BEM VINDO

Pix

Informe o valor quando for pagar



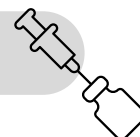
CCAPE CURSOS LIVRES LTDA ME

CNPJ 10.649.439/0001-01



Abra o App do seu Banco
Selecione opção "Pix"

Mire câmera para "QR"



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 por **3 segundos**
- 4 Toque opção **apaga** ou **excluir**
- 5 **Feche X** 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**
 $1.500 + 500 = 2.000,00$
 $2,50 - 0,50 = 2,00$
 $1.500,05 \times 2 = 3.000,10$
 $3 \text{ divide } 2 = 1,5$
- 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?

- 1 Toque app **Contatos** pesquise
11 9 6390-3004
Retorne <
- 2 Toque opção add **Mais**
Digite: **Nome Sobrenome** / ...
Digite: **Celular do amigo**
Digite opção: E-mail
- 3 Veja Gmail Toque salvar
- 4 Opção: Toque **editar** ou lápis faça correção / **Referência**
- 5 Ok **Salvar** ou **apagar**

6 Contatos*. Como Favoritar?

- 1 Toque app **Contatos**
- 2 Localize contato preferido
Ccape, Filhos
- 3 Toque opção adicionar aos favoritos estrela
Veja que criou atalho para encontrar seus contatos preferidos com rapidez
- 4 Opcional: Repita operação p/ **Desfavoritar**

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
Só Veja S T Q Q S S D
o mês e dia da semana

8 Dados Moveis*. Como Acessar?

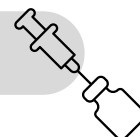
- 1 Toque **Ajuste** ou **Configuração**
- 2 Toque **Dados Móveis** uso de dados e ver: **Ativado** Desativado
- 3 **Atenção!** Wi-Fi seria bom estar **Desligado**
- 4 **Feche X** ou <

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** toque **Google**
- 6 Toque **Google** digite música **sertaneja**



1 WhatsApp*. Como editar perfil?

- 1 Toque **WhatsApp** e toque **conversas**
- 2 Toque **Configuração**
- 3 Toque **foto Perfil**
Opção: **Memorize seu Número** +55 11 9
- 4 Trocar foto: Toque na **foto**, Toque **galeria**, Escolha nova foto de 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** e toque **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** e toque **conversas**
- 2 Toque **Novo contato**
- 3 Toque no **QR**, toque **escanear** 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 p/ você com IA?

- 1 Toque **WhatsApp**
- 2 Toque **Novo contato**
- 3 Toque na barra de pesquisa digite a palavra (**você**)
- 4 Toque no **seu perfil**
Digite texto de exemplo: **Gostaria de ir ao passeio com o grupo do Ccape**
- 5 Toque, 3 segundos na mensagem, em seguida toque opção **editar**
- 6 Toque lápis **Mais +** abaixo escolha sugestões IA
- 7 Segure 3 seg/ Copie e cole

5 WhatsApp*. Como encaminhar contato?

- 1 Toque **WhatsApp** e toque **conversas**
- 2 Pesquise **amigo**, Digite conversa: **"Olá!...vou enviar o contato do Ccape Cursos, passeios e eventos"**
- 3 Toque **mais + anexar**
- 4 Toque opção **Contato**
Ex: **Ccape..**
- 5 Toque **Enviar**
*Veja o microvídeo

6 WhatsApp*. Como enviar localização?

- 1 Toque **WhatsApp** e toque **conversas**
- 2 Pesquise **amigo**, Digite conversa: **"Olá!...vou enviar a minha localização onde estou."**
- 3 Toque **mais + anexar**
- 4 Toque **Localização**
Compartilhar localização: **tempo real**
- 5 Toque **Enviar** por 1 hora
*Veja o microvídeo

7 WhatsApp Como editar fotos?

- 1 Inicie **conversas** p/ amigo ou (você mesmo)
- 2 Toque para anexar **mais** galeria **Foto** desejada e toque no **lápiz**
- 3 Toque ferramenta **recorte**, use opção **(T)** texto, **Figura** e posicione arte
- 4 Toque **Enviar**
*Veja o microvídeo

8 WhatsApp: Como postar status?

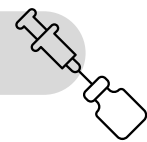
- 1 Toque **Galeria** ou **Fotos**
 - 2 Localize uma **foto** ou vídeo
 - 3 Toque **compartilhar**, **WhatsApp**, toque **Meu status**, **avancar** e (Ok)
 - 4 Toque **feche x** retorno<
 - 5 Abra **novamente** o WhatsApp, toque **Atualizações**, e visualize seus **status**.
- *Veja o microvídeo

9 WhatsApp: Como corrigir mensagem enviada?

- 1 Toque **conversas** Pesquise um **amigo** e inicie uma conversa/ Mensagem
 - 2 "Olá!...vou enviar uma mensagem para alegrar ainda mais o seu dia:....."
 - 3 Toque **Enviar**
 - 4 Toque e segure por 3 segundos a mensagem e em seguida toque na opção **editar**.
- *Veja o microvídeo

10 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



1 Gmail*. Como saber seu e-mail?

- 1 Toque Gmail
- 2 Toque acima no **seu Perfil** memorize seu e-mail xxxxx@gmail.com
- 3 **Importante**
Veja tel. e-mail de segurança Toque (Conta Google) informações pessoais
- 4 Toque < **Retorno** menu **principal** veja seus e-mails 00:00
- 5 ***Veja o 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** filhos ou p/ você mesmo
- 3 Toque campo **Assunto:** Digite: **exemplo Treino 1,2...**
- 4 **Toque abaixo Digite:**
Olá ! Venho através deste e-mail entregar uma linda mensagem para alegrar a semana:
"....."
Atenciosamente
Nome Sobrenome
- 5 Toque **Enviar** ***Veja o 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 **Treino 1 anexo**
- 5 **Toque abaixo e digite:**
Olá ! Segue documento anexo para sua avaliação
- 6 Toque **anexo** escolha **Fotos** **Drive**
- 7 Toque **Enviar** ***Veja o microvídeo**

4 Gmail: Como favoritar?

- 1 Toque Gmail
- 2 Toque **menu** opção **Principal** ou Caixa Entrada
- 3 Role e localize e-mail importante "observe data"
- 4 Abra e Toque na **estrela** para favoritar
- 5 Toque Seta < **Retorno**
- 6 Toque **Menu** opção **estrela** para desfazer ***Veja o 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
- 6 **Opção:** **Recuperar Mover para** ***Veja o 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** ***Veja o microvídeo**

7 Gmail: Como abrir anexo?

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

8 Gmail: Como excluir spam?

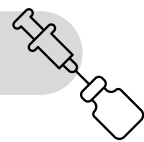
- 1 Toque Gmail
- 2 Toque **menu** opção **Spam** **Localize** e o Abra e-mail desejado
- 3 **Opção** **esvaziar lixeira**
Os itens que passam mais de 30 "spam" são excluídos automaticamente
Esvaziar spam agora
- 4 Toque **feche** x retorno < ***Veja o microvídeo**

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 o microvídeo**

10 Gmail: Como adicionar e-mail nos contatos?

- 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 o microvídeo**



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**

- 3 Toque Vídeo com descrição YouTube.

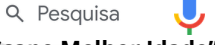
- 4 Feche X ou <

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**

- 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: **"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    **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 Inglês: **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 Notícias
- 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**

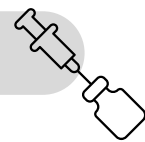
Imagens Maps Nc
- 3 Toque Botão **Rotas** pra ver trajeto, tempo e Km.

- 4 Toque na opções    **compartilhar WhatsApp**

10 Google Gemini: Como acessar inteligência artificial?

- 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?**



1 Google Fotos: Como limpar armazenamento?

- 1 Toque **perfil** veja e-mail logado
- 2 Anote **Usado 0 GB Disponível 0 GB**
Toque opção **gerenciar**, toque **vídeos grandes**, selecione para lixeira.
- 3 Toque **Álbum**, localize acima a **lixeira ... Esvaziar** excluir permanente

2 Google Fotos: Como fotografar e filmar?

- 1 Toque **Câmera**
- 2 Tire fotos opção **inverter**
- 3 Toque **Engrenagem** toque **relógio** automático 3 segundos.
- 4 Acesse **Google Fotos** ou **Galeria** e compartilhe status WhatsApp

3 Google Fotos: Como esvaziar lixeira?

- 1 Toque **Fotos** ver data
- 2 **Precione** foto desejada.
- 3 Toque **lixeira p/ apagar**
- 4 Toque **Album**, localize acima a **lixeira ... Esvaziar** excluir permanente

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

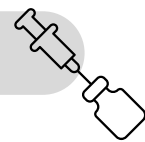
8 Google Fotos: Como capturar tela? (Print)

- 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**.
- 2 Toque **Álbum** no ícone acima (**Favoritos**) veja fotos
- 3 Toque **novamente** na estrela para **Desfavoritar**





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?

- 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?

- 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?

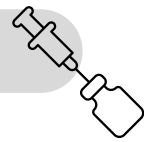
- 1 Toque Drive, **Arquivos**
- 2 Toque na pasta desejada para **localizar o arquivo**.
- 3 Toque 3 pontinhos ... Opção **Favoritar**.
- 4 Toque na **Barra inferior Com Estrela**. Você tem a opção de **desfavoritar**.

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 **Accionar 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 <



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 novamente** 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?

- 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?

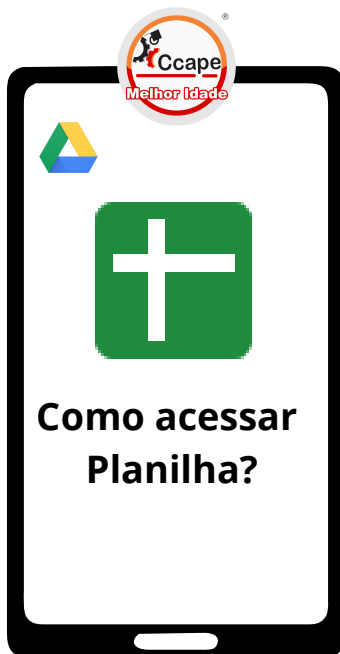
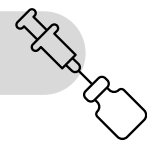
- 1 Toque Drive **Arquivos**, veja documento desejado
- 2 Toque 3 pontinhos ... com documento fechado e toque na opção **"Com estrela"** ★
- 3 Feche X ou <
- 4 Toque **Barra inferior Com Estrela**. Você tem a opção de **desfavoritar**

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 <



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 novamente** documento para **edição**

2 Drive Planilha: Como controlar finanças?

- 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 () 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.
- 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)
- 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?

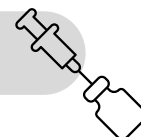
- 1 Toque Drive **Arquivos**, veja documento desejado
- 2 Toque 3 pontinhos com documento fechado e toque na opção **"Com estrela"**
- 3 Feche X ou <
- 4 Toque **Barra inferior Com Estrela**. Você tem a opção de **desfavoritar**

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**
- 2 Toque na pasta desejada para **localizar a Planilha**
- 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 **envia**
- 6 Feche X ou <



1 Canva* Como acessar?

- 1 Toque App **Canva**
- 2 Toque acima no seu **Perfil** e veja o e-mail cadastrado
- 3 Toque **seta < retorno** Observe **Designs recentes**
- 4 Você está no **Início** feche e faça novamente

2 Canva* Como criar A4?

- 1 Toque App **Canva**
- 2 Toque botão **criar** Role até a opção tamanho **personalizado**
- 3 Puxe barra de sugestão
- 4 Pesquise **elementos** fazer um "omelete" **texto:** digite ingredientes
- 6 Crie seu Layout...

3 Canva* Como criar pasta?

- 1 Toque **Canva, Projetos**
- 2 Toque mais opção **Nova pasta** Digite **Nome pasta** Ccape 1 e 2 toque **Criar** role P/ ver
- 3 **Opção excluir?**
- 4 Toque nos 3 pontos lateral opção **Excluir**
- 5 Retorno **inicial**
- 6 Treine 8x com monitor

4 Canva* Como transferir projeto p/ pasta?

- 1 Abra App **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**.
- 4 Feche X ou < Crie outro nome de pasta e movimente (Ccape 1 e 2)

5 Canva* Como fazer Uploads?

- 1 Toque App **Canva**
 - 2 Toque botão **criar** A4 **personalizado**
 - 3 Puxe barrinha / sugestão Veja formato A4 branco
 - 4 Toque **Galeria ou Upload**
- Use a criatividade faça bonito Tire foto da proposta do curso
- Siga orientação do monitor

6 Canva* Como Renomear e criar páginas?

- 1 Toque App **Canva**
- 2 Toque pasta **projetos** 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 App **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 App **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

9 Canva: Como limpar lixeira?

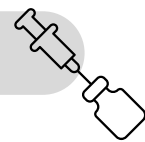
- 1 Abra App **Canva** Veja **Designer Recente**, abra um **doc. já criado**
- 2 Toque 3 pontos opção **Mover p/ lixeira**
- 3 Retorne tela **inicial**
- 4 Toque **3 pontos inicial**
- 5 Toque **Restaurar** p/ recuperar

9 Canva: Como fazer vídeo?

- 1 Toque App **Canva**
- 2 Toque botão **criar** Role opção



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



1 Facebook: Como acessar perfil?

- 1 Abra App **Facebook** 
- 2 Toque menu seu **perfil** 
- 3 Role localize abaixo "Sair" Confirme
- 4 Toque **feche** x retorno <

2 Facebook: Como editar perfil e informações pessoais?

- 1 Abra App **Facebook** 
- 2 Toque menu seu perfil / seu nome / "Editar perfil" 
- 3 Altere sua foto de perfil, foto da capa, biografia... 
- 4 Toque Informações da seção sobre veja contato pessoal 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"

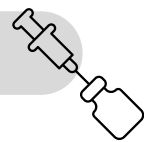
8 Facebook: Como postar Reels?

- 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 <





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 **Veja 3**
- 5 **Toque início**

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**
- 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**
- 6 **Compartilhar** **Marcar pessoas** Toque, digite 1 amigo para notificar.

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**"





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?

- 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?

- 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 pesquisar preço?

- 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?

- 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?

- 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 **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 ?

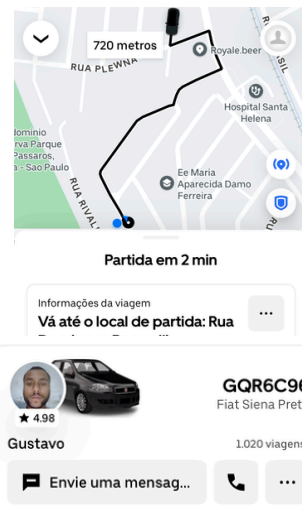
- 1 Toque Pagina Inicial viagem
- 2 Toque local de partida e Digite destino desejado
- 3 Veja mapa do destino, veja valor R\$00,00 do Uber X
- 4 Clique no calendário
- 5 Escolha horario de partida ou chegada. **AVANÇAR**
- 5 Clique **ESCOLHER UBERx**

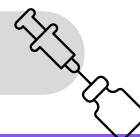
9 Uber: Como ver Histórico de viagem?

- 1 Toque **Uber, conta** abaixo
- 2 Toque opção **atividade**
- 3 Visualize viagens anteriores
- 4 Toque Menu Iniciar

10 Uber: Como adicionar Gifl card crédito?

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





1 Banco: Como acessar perfil?

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

3 Banco: Como fazer print Fatura cartão de crédito?

- 1 Abra App **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 código de barras?

- 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
- 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



Pix

Informe o valor quando for pagar

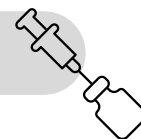


CCAPE CURSOS LIVRE
CNPJ
10.649.439/0001-01

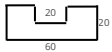
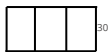
9 Banco: Como fazer compra na internet cartão de crédito?

- 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

 e-commerce



1 Cad*. Como fazer linha?

- 1 Toque AutoCad
Opção + Nova Guia (+)
- 2 Desenhe e veja croqui...


- 3 Toque Home **Line**
de um ponto na tela
mova o mouse - digite 60
- 4

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8

- 1
- 2
- 3
- 4

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

- 1
- 2
- 3
- 4

- 1
- 2
- 3
- 4

- 1
- 2
- 3
- 4

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



Passo a passo



Passeio interativo

 Ccapemelhoridade

 Ccapemelhoridadee



Programa

Bate Papo
Digit@L

Método:
Músculo cerebral



Chega de Passar Carão

Venha se conectar com novas pessoas e se inspirar em nossas dinâmicas e programações de tecnologia e autonomia digital!



Produtividade
Eventos / Negócios



Centro de Atividades
www.ccapede.com.br





Programa

**Bate Papo
Digit@L**

Produtividade Social

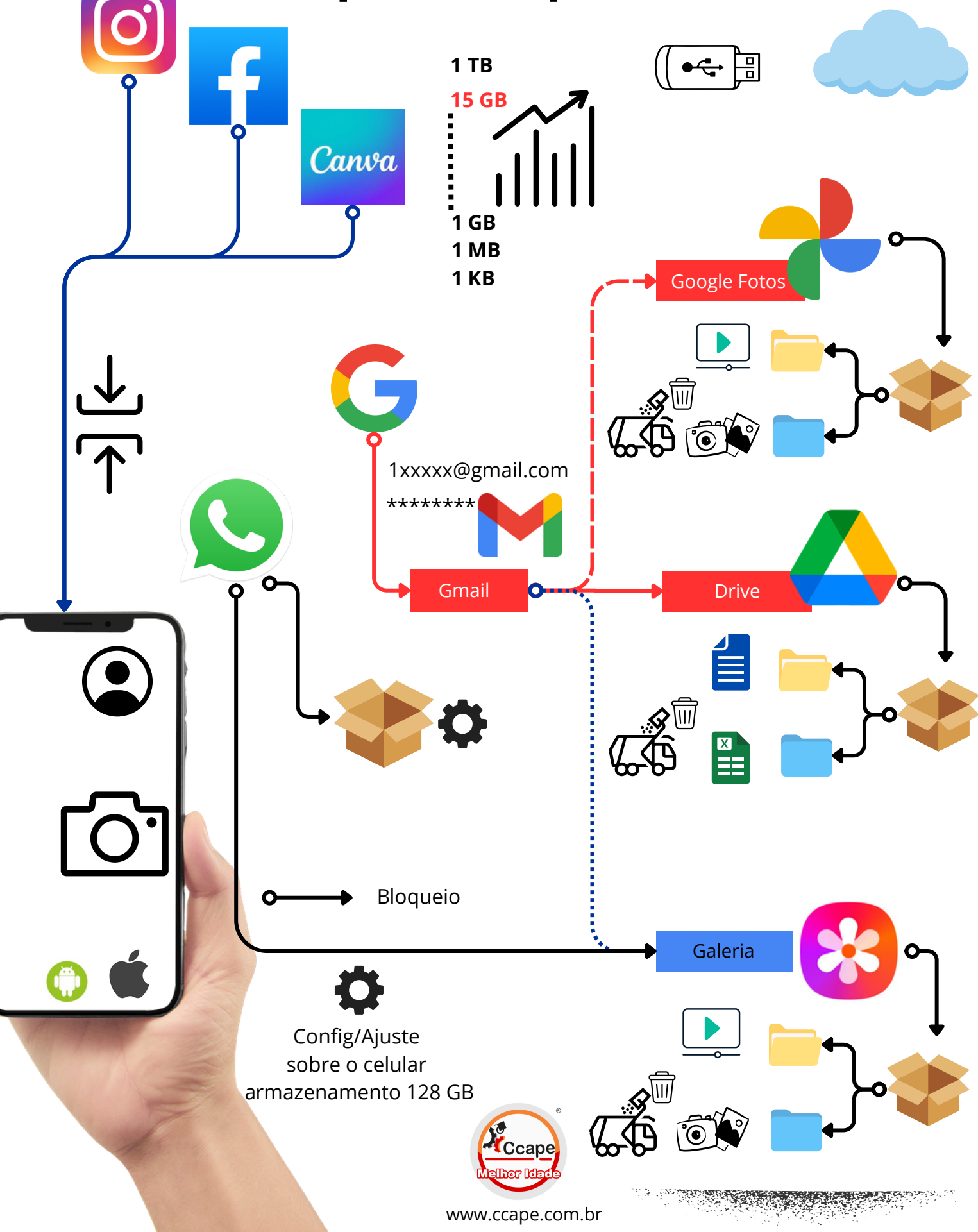


Evento
On-Line / Presencial

PALESTRA sobre: "O Ícone da Agilidade Digital"

START

O que é mapa mental?





ADM / PDG

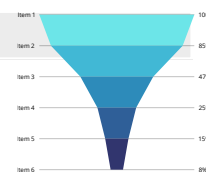
Infraestrutura

Logística

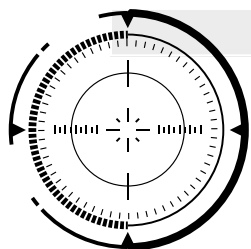
Modelo de negócio,
manuais de operação,
regulamentos, layouts,
contratos e entrega.

ERP / DRE / ROI

Pós



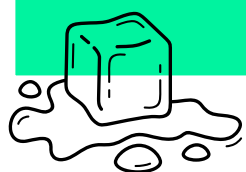
Evento



Data Hora

Contato
Comercial

Taxa de %
Conversão?



Qualificação
de Leads

Quando?



O que?
Info
Produto

Onde?



Tática de
Conteúdo



Canal de
Divulgação

Como?
Ecosistema

- 1 - Filtro Próprio / CRM
- 2 - Filtro Conquistado / stand indicação Boca boca
- 3 - Filtro Orgânico rede social / Conteúdo gratuito
- 4 - Filtro Mídia paga rede social / Conteúdo pago



Perfil

M x F
Marketing

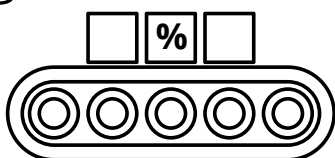
Crise

Dor
Conflito
tendência

Ver estratégia em anexo

Antes - Hoje - Depois

CAC

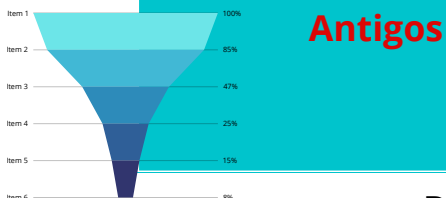


Avatar Leads



7D - 30

Recentes



Antigos

Oninichanon

7D - 30

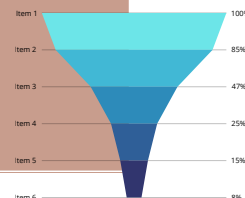
Ativos

Restrição

Clientes

Estão sendo
Lembrados?

Inativos



Estratégia de Campanha e Oferta / MKT - Visão

Story-Telling: Protagonista, Conflito, **Enredo**, Clima, Resolução, Transformação, **Tema**
Começo - Meio - Fim (Exemplo Trailer)

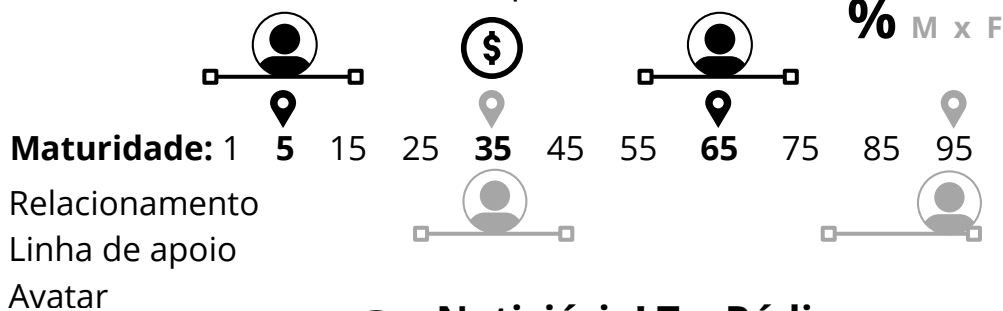


Perfil X Usuário / do produto / Movimento
B2B ou B2C

Validade da Campanha: Data/h Start > Data/h Stop > Data/h **Evento** > Pós

Construção do Avatar para o produto/evento >>>

Estudo comportamental Humano



Casado, solteiro, relacionamento, sobre família? Filhos? Saúde?, quanto ganham?, Quanto gastam? Sobre negócios?, onde estão? O que faz? O que eles não gosta nele é no mundo, tempo, Quem eles seguem? Quem decide? escolaridade? O que curte, compartilha? o que diz querer? O que precisa?

Noticiário! Tv, Rádio, internet Calendário

Status: Depressão . Estressado . Ansioso



Crise Conflito

Modelagem
Auxiliar Gpt
Prompt

Fundamento

Quem está patrocinando? >>> **Governo**

Quem é o herói?

De onde veio - Onde está - Pra onde vai

Funil: Ignorante > Relutante > Ideal >



QTD no Sistema >
M. Degustação >
Pós Matrícula >



Qual é o universo onde o público irá morar?

Quem são os concorrentes, competidores, substitutos?



Conflito

Qual é a dor e desejo do Avatar desenhado?



Resolução

Qual é a entrega da marca?

Cliente como protagonista e solução dos problemas



Onde está o tráfego (vitrine) X **Audiência**

Onde está sua inspiração hoje?

Produtor - Mercado - Filiado

Como podemos ajudar?



Confirme

Assistentes



Nome:

Pessoal ou Negócio / Porque? ☐ Pessoal ☐ Negócio

Senhas é de total responsabilidade do usuário

Sobre Aparelho:  

GB: 0 de 0

Cel:

WhatsApp: 

Pacote Gmail: 

GB: 0 de 0

SMS:

Segurança SMS: 4 final

Fotos  **Maps**  **Drive**  **Doc**  **Plan**  **Agenda**  **YouTube** 

Rede Facebook: 

email:

SMS:

Segurança SMS: 4 final

Rede Instagram: 

email:

SMS:

Rede Tiktok:

email:

SMS:

Segurança SMS: 4 final

Transação Banco: 

Pix:

SMS:

Mobilidade Uber:

SMS:

Segurança SMS: 4 final

Produtividade Canva: 

SMS:

Produtividade IA: 

SMS:

Segurança SMS: 4 final

Cadastro Gov: 

SMS:

Segurança SMS: 4 final

Estudo SCA: 

SMS:

Utilidades: **BRK**  **enel**  **ZUL+**  **Santa Helena** 

Compras:

Vendas:

Habilidades no Computador?

Negócio: Meta Business / Google Ads / Site / ERP / CRM

Mais:

SEGUIR MÉTODO PADÃO