

Guía fácil de competencias digitales

Las siguientes infografías han sido posibles gracias a la Comisión de Comunicación del Proceso Comunitario de Collblanc- la Torrasa. Se han elaborado a partir de los Talleres de Competencias Digitales desarrollados en la Biblioteca Josep Janés durante el mes de Diciembre del 2020 con la dinamización de Adhoc Cultura.

Esta formación y las infografías pretenden acercarnos a las nuevas tecnologías y ofrecer herramientas para favorecer el acceso a las plataformas digitales y, por lo tanto, mejorar nuestra capacidad de informar y comunicar.



¿Cómo crear una cuenta Gmail?



01



Busca la página de inicio

Abre el navegador predeterminado y ves a la página de inicio de sesión del Gmail. En la parte inferior a la izquierda verás la opción de "Crear una cuenta".
Cliccala.

02



Introduce tus datos

Tendrás que escribir tu nombre completo y escoger dos cosas fundamentales: el nombre y la contraseña.
Una vez hayas acabado de introducir tus datos, aprieta el botón de siguiente.

Google

Iniciar sesión

Utiliza tu cuenta de Google

Correo electrónico o teléfono

[¿Has olvidado tu correo electrónico?](#)

¿No es tu ordenador? Usa el modo invitados para iniciar sesión de forma privada. [Más información](#)

[Crear cuenta](#) [Siguiente](#)

03



Acepta las condiciones

Lee estas condiciones y clicla sobre los dos botones de aceptación. Una vez clicados, aprieta la opción de "Crear una cuenta". ¡Ya lo tienes listo!

Google

Privacidad y condiciones

Publicamos los [Términos del Servicio de Google](#) para que sepas qué deberías esperar al usar nuestros servicios. Al hacer clic en Acepto, aceptas estos términos.

Recuerda que en la [Política de Privacidad de Google](#) se describe cómo trata Google la información que se genera cuando usas los servicios de Google.

También se incluye información sobre por qué tratamos los datos, como, por ejemplo, cuando velamos por nuestros intereses legítimos mientras adoptamos medidas adecuadas para proteger tu privacidad. Esto significa que tratamos tus datos para fines tales como:

- Proporcionar, mantener y mejorar nuestros servicios para satisfacer las necesidades de nuestros usuarios.
- Desarrollar funciones y productos nuevos que sean útiles para nuestros usuarios.
- Entender cómo utilizan los usuarios nuestros servicios para asegurar y mejorar el rendimiento de dichos servicios.
- Personalizar nuestros servicios para ofrecerte una mejor experiencia de usuario.



Tú controlas los datos que recogemos y el modo en que se utilizan



COLLBLANC - LA TORRASSA CONECTADO E INFORMADO!

¿Cómo crear un idCAT desde el ordenador?



01



Ves a Google, en la barra de buscar introduce la palabra: IDCAT.

02



Haz clic en la solicitud del certificado.

Com podeu obtenir l'idCAT Certificat?

Seguiu aquests passos per obtenir-lo.

1 Sol·licitud del certificat

Empleneu el formulari de sol·licitud



2 Validació de la identitat

Valideu les vostres dades personant-vos a qualsevol entitat de registre idCAT



3 Descàrrega/Instal·lació del certificat

Descarregueu-lo al vostre ordinador



Conegueu què podeu fer amb l'idCAT



Compatibilitat

Consulteu la compatibilitat de l'idCAT amb el vostre sistema operatiu i el vostre navegador. [\[+ més \]](#)

Tràmits i gestions

Permet relacionar-vos amb les administracions públiques.

Signatura electrònica

Permet signar documents i formularis web.

Gestió del certificat

- Renovar el certificat
- Suspènere el certificat
- Revocar el certificat
- Habilitar el certificat
- Modificar el certificat

Avis legal | © Copyright



03



Es importante tener en cuenta la advertencia que emite el IDCAT:

"Contacta con su entidad de registro antes de llenar esta solicitud y confirme que os pueden hacer el certificado."

Menú
Sol·licitud

Procés de sol·licitud del certificat digital

Sol·licitud

- 1 Abans de fer la sol·licitud
- 2 Introdur dades personals
- 3 Confirmar dades personals
- 4 Pàgina de confirmació

IMPORTANT:

Contacteu amb la vostra entitat de registre abans d'emplenar aquesta sol·licitud i confirmeu que us emetran el certificat. **Pregunteu: horari d'atenció, si cal cita prèvia, etc.**

Passos a seguir:

1. Registreu les vostres dades des d'aquesta web.
2. Personeu-vos a qualsevol de les **entitats de registre idCAT** per tal que les dades puguin ser contrastades amb el vostre document identificatiu. ([llista d'ER idCAT en versió PDF](#))

Veure aquest vídeo en [altres idiomes](#)

04



Llena todos los campos del formulario:

Los que tienen el símbolo (*) son campos obligatorios. Selecciona el tipo de documento: DNI, NIE, etc. Clica en continuar una vez esté todo completo.

Menú
Sol·licitud

Procés de sol·licitud del certificat digital

Sol·licitud

- 1 Abans de fer la sol·licitud
- 2 Introdur dades personals
- 3 Confirmar dades personals
- 4 Pàgina de confirmació

Dades del certificat

Dades obligatòries marcades amb un asterisc vermell (*)

Nom (*)

Cognom (*)

Incloure la "i" entre el primer i segon cognom

Segon cognom

Tipus de document identificatiu (*) Seleccioneu tipus de document ▼

País d'expedició (*) Espanya ▼

Número document (*)

Data de naixement(*) (Format data: dd/mm/aaaa)

Correu electrònic (*)

Nacionalitat (*) Seleccioneu ▼

País de residència (*) Espanya ▼

Dades de contacte

En aquest apartat heu d'introduir les dades que ens permetran posar-nos en contacte amb



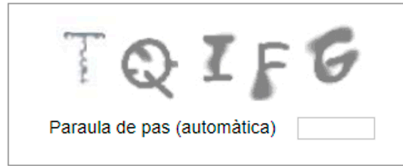
05



Una vez comprobado todos los campos, verifica el registro introduciendo las letras que aparecen en la imagen: En caso de que alguno de los datos introducidos no sea correcto, puedes modificarlo en este apartado.

Verificació de registre

Escriu la paraula que apareix a continuació en el quadre de text inferior. No es diferencien majúscules i minúscules, i la paraula us mostrarà només lletres (no números).



Corregir dades

Sol·licitar certificat

Avis legal | © Copyright

06



¡Listo! Ahora solo tienes que ir presencialmente a uno de los centros acreditados para poder recoger tu certificado digital: Puedes ir al Ayuntamiento de L'H: C/Girona, 10 (bajos), L'Hospitalet de Llobregat.



Inici | Suport

Què és | Per a què us serveix | **Obtenir el certificat** | Gestió del certificat

| Català | Castellano | Aranès

Menú

Sol·licitud

Procés de sol·licitud del certificat digital

Sol·licitud

1

Abans de fer la sol·licitud

2

Introduir dades personals

3

Confirmar dades personals

4

Pàgina de confirmació

Enhorabona!

Heu completat la sol·licitud del vostre certificat idCAT.

Per obtenir-lo, caldrà fer el procés de validació de la vostra identitat, a qualsevol Entitat de Registre idCAT. Necessitareu l'original i fotocòpia del document identificatiu que heu utilitzat per realitzar aquesta sol·licitud.

El llistat de totes les nostres Entitats de Registre idCAT el trobareu [aquí](#), caldrà que verifiqueu si cal cita prèvia.



Guía sobre cómo solicitar hora en CatSalut



01



Introduce en el buscador la web:

<https://catsalut.gencat.cat/ca/coneix-catsalut/acces-sistema-salut/com-accedeix/programacio-visites/>
Y escribe tus datos para acceder.

Programació de visites

Pas 1: Introducció del CIP

Atenció no presencial
Utilitza **La Meva Salut**
Demana l'accés



És imprescindible que t'identifiquis mitjançant el codi d'identificació personal (CIP) de la teva targeta sanitària individual, tal com mostra la imatge següent, sense espais entre lletres i números.

Introdueix el codi d'identificació personal (CIP)

Continua

02



Tendrás acceso al menú donde podrás escoger la especialidad que necesites

Apreta sobre el nombre del especialista que necesites para solicitar cita previa.

Usuaris

Desconnecteu

Programació de visites

Pas 2:
Visita programada

Les vostres dades

Nom: [redacted]
CIP: [redacted]
Med.familia/Pediatrica: [redacted]
Infermeria [redacted]
Centre: CAP [redacted]
Adreça: [redacted]
Telèfon: [redacted]

Med. familia/Pediatrica Infermeria Odontologia Treball social

En aquests moments, el sistema no detecta cap hora disponible abans de 7 dies. Si necessiteu que us atenguin abans, podeu trucar o anar al vostre centre per tal que us ofereixin altres opcions de visita.

Si voleu visitar-vos més enllà d'aquest període, premeu Continuar.

Continuar

Consultar o anul·lar les visites programades

Med. familia/Pediatrica [cap visita]
Infermeria [cap visita]
Odontologia [cap visita]
Treball social [cap visita]
Altres visites [cap visita]

Altres opcions

Demostració exemple
Incidències tècniques
Versió d'alt contrast



COLLBLANC - LA TORRASSA CONECTADO E INFORMADO!

03



Escoge la fecha y la hora y confirma la visita

The screenshot shows the appointment booking interface for 'Med. familia/Pediatría'. It features a navigation bar with icons for 'Med. familia/Pediatría', 'Infermeria', 'Odontologia', and 'Treball social'. The main content area is divided into two sections: 'Trieu un dia' (Choose a day) and 'Trieu una hora' (Choose an hour). The 'Trieu un dia' section displays a calendar grid for the month of July 2014, with the date '30' highlighted in green. The 'Trieu una hora' section shows the date 'DIMECRES, 30 DE JULIOL DE 2014' and a time selection dropdown menu set to '09:17 h'. Below the calendar and time selection, there are two buttons: 'Torneu' (orange) and 'Confirmeu la visita' (blue).

04



Puedes ver la confirmación de la visita en el menú principal o, si fuera el caso, anularla.

The screenshots illustrate the appointment management interface. The top screenshot shows the 'Consultar o anul·lar les visites programades' (Consult or cancel scheduled visits) section. It lists the following categories and their respective visit counts: 'Med. familia/Pediatría' (1 visita), 'Infermeria' ([cap visita]), 'Odontologia' ([cap visita]), 'Treball social' ([cap visita]), and 'Altres visites' ([cap visita]). The '1 visita' count for 'Med. familia/Pediatría' is circled in red. Below this list, there are buttons for 'Imprimir' and 'Anul·la'. The middle screenshot shows a confirmation dialog with a red exclamation mark icon and the text: 'Esteu segurs que voleu anular aquesta visita?' (Are you sure you want to cancel this visit?). It also displays the patient's name, center, and the scheduled date and time: 'dimarts, 17 de juny de 2014 a les 18,55 h'. There are 'Conserves-la' and 'Anul·la' buttons. The bottom screenshot shows a confirmation message: 'Visita Anul·lada' (Visit Cancelled) and 'La visita ha estat anul·lada correctament' (The visit has been cancelled correctly), with a 'Continua' button.



¿Cómo funciona Instagram?

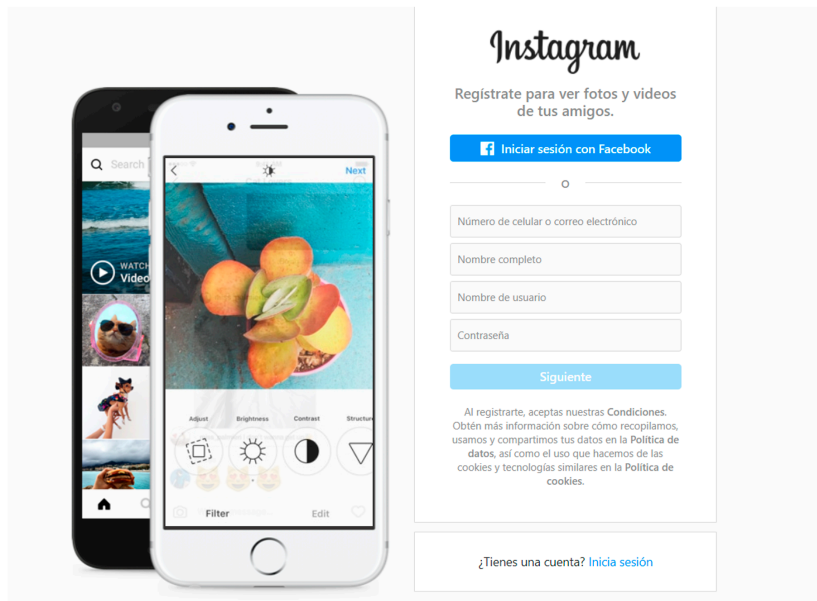


01



Hazte un usuario y/o usuaria:

Tienes que descargarte la Aplicación mediante tu dispositivo móvil, o bien, accediendo a la dirección web www.instagram.com en el navegador de tu ordenador.

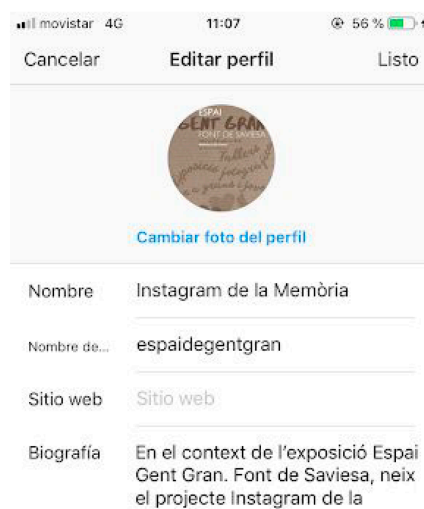


02



Edita tu perfil:

Una vez tengas la cuenta activada, podrás poner la información que tú quieras en tu perfil. También tendrás que ponerte una foto de perfil con la que te identifiques (o una imagen que te represente).

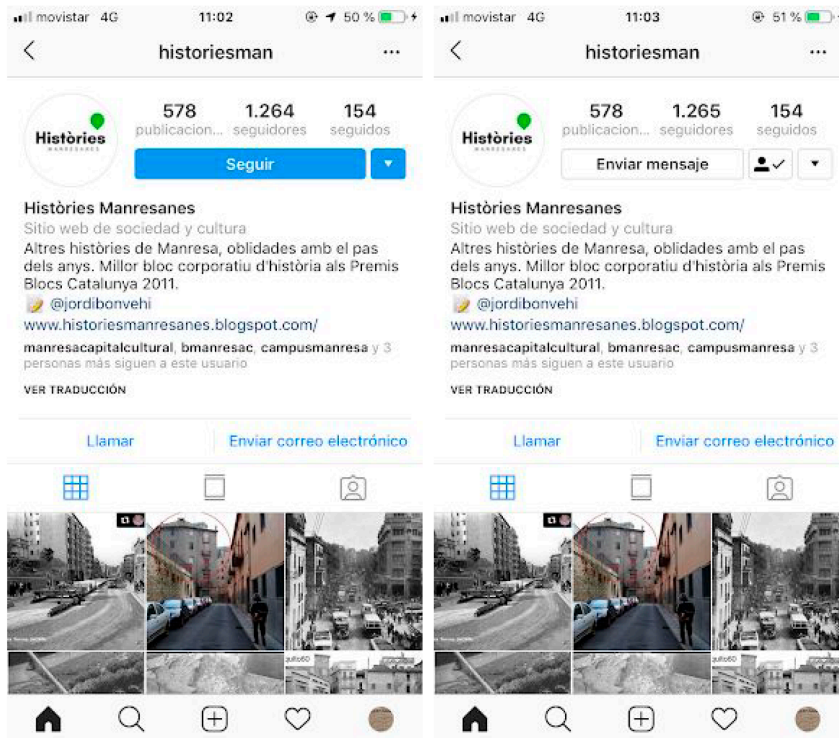


03



Sigue a otros usuarios y usuarias:

Explora aquellos perfiles que te gusten o pide el usuario a tus familiares y amistades. Una vez encuentres el perfil que te interesa, clica sobre el botón "Seguir". Cuando entres, te aparecerán directamente las fotografías que cuelgue este usuario o usuaria.

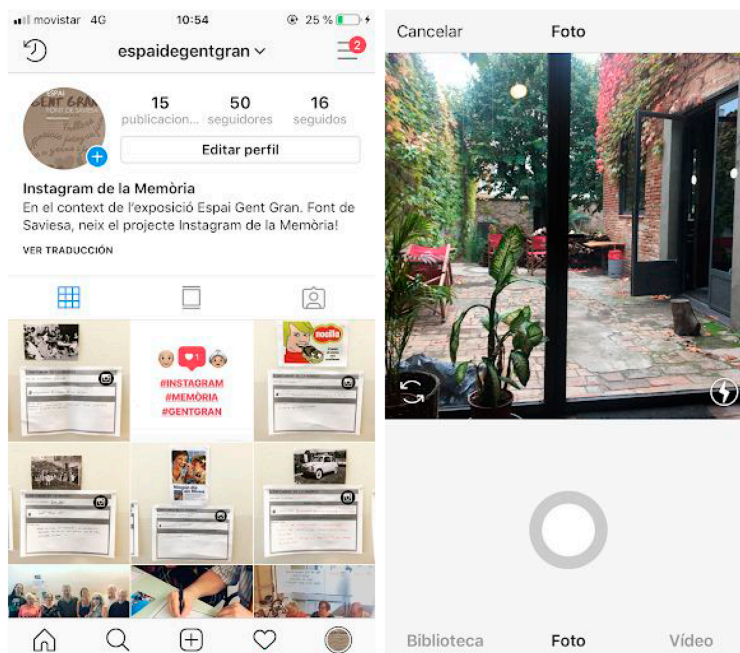


04



¡Cuelga tus fotografías!

Instagram tiene un menú que te permite subir fotografías que tienes guardadas en el móvil, o hacer videos y fotos desde la misma aplicación.

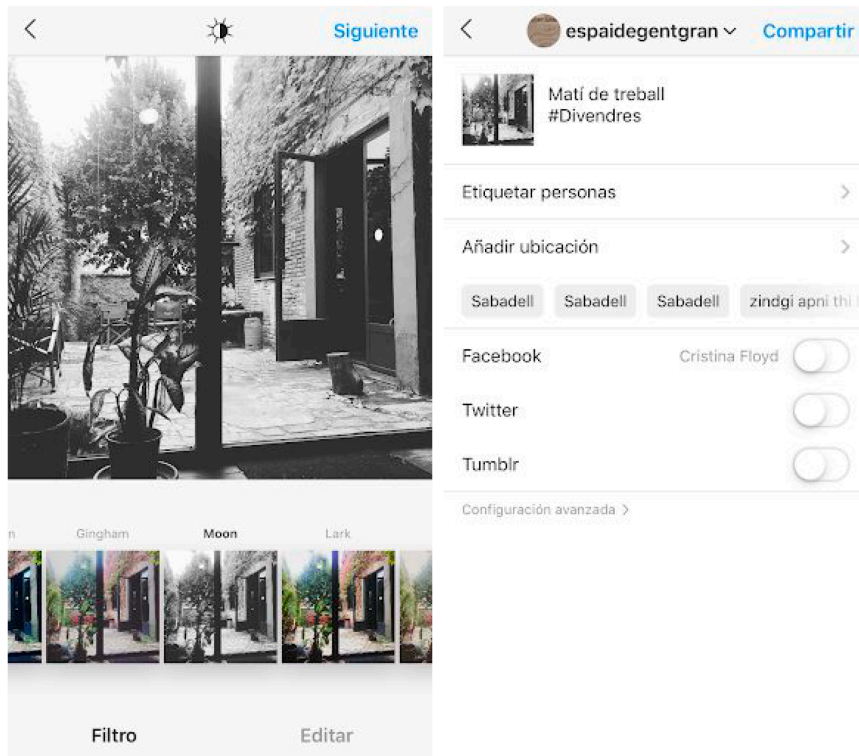


05



¡Edítalas!

Una vez tengas la imagen que te gusta, podrás editarla a tu gusto con los filtros. Cuando te guste la imagen, clicas "siguiente" y podrás escribir un pie de foto, etiquetar a otros usuarios y/o usuarias y añadir la ubicación de la fotografía.



06



En el pie de foto, podemos añadir tres elementos importantes: Hashtags (Ejemplo: #Vacaciones), etiquetas de otro usuario y/o usuaria (Ejemplo: @Pep) o emoticonos. Una vez hayas puesto todo lo que tú quieras, clicas "compartir" para publicar la fotografía.

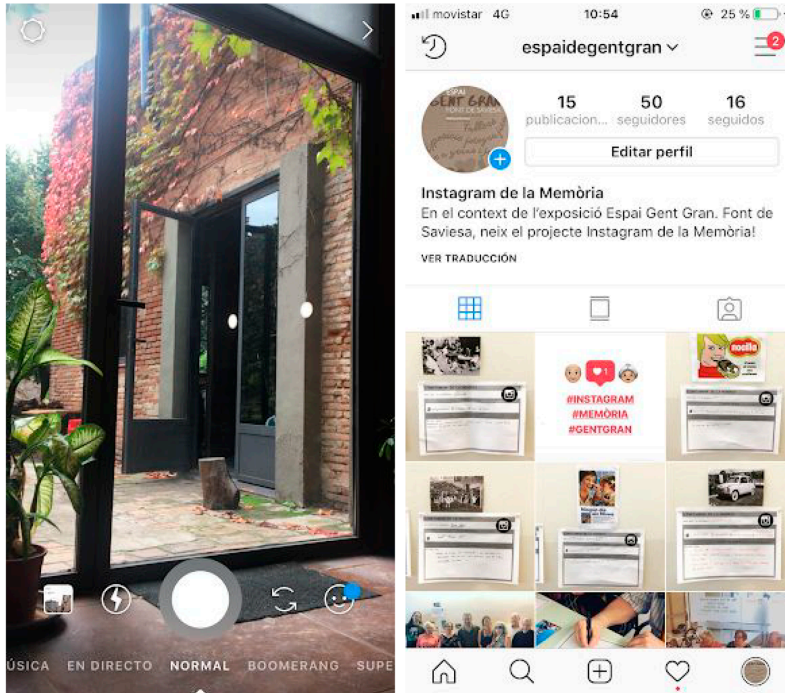


07



¡Haz "Stories"!

Estas nos permiten compartir aquello que queremos durante un máximo de 24h. Para hacerlas, has de clicar en la redonda donde está tu foto de perfil. Se abrirá la cámara y podrás clicar en la imagen o vídeo que quieras.



08



Clica el icono de una cara contenta y añade lo que tú quieras en la imagen. Una vez lo hayas hecho como a ti te gusta, clica en el símbolo + donde pone "tu historia" y ya lo tendrás publicado. Puedes ver las historias de los demás usuarios y usuarias, clicando sobre su redonda del perfil.





BARRIO CONECTADO E INFORMADO

Os enumeramos los servicios de telecentro que podéis encontrar en el distrito Collblanca-Torrassa para mejorar y poner en práctica vuestras competencias digitales:

Entidades y servicios donde podrás encontrar puntos de conexión a Internet y ofimática:

Biblioteca Josep Janés

4 ordenadores (3 adultos + 1 sala infantil)

Dirección: C. Doctor Martí i Julià, 33 CP: 08903 - Hospitalet de Llobregat

Web: <http://www.bibliotequeslh.cat/>

Dirección de correo electrónico: bibjosepjanes@l-h.cat

Teléfono: 934032935

Biblioteca Tecla Sala

13 ordenadores (10 adultos + 3 sala infantil)

Dirección: AV Josep Tarradellas i Joan, 44 CP: 08901- Hospitalet de Llobregat

Web: <http://www.bibliotequeslh.cat/>

Dirección de correo electrónico: bibteclasala@l-h.cat

Teléfono: 934032630

Entidades y servicios donde podrás aprender aún más sobre competencias digitales:

Punto Omnia Fundació Akwaba

Dirección: C. Llobregat, 145, baixos CP: 08904 - Hospitalet de Llobregat

Web: <https://bloc.xarxa-omnia.org/omniaakwaba/>

Dirección de correo electrónico: akwaba@xarxaomnia.gencat.cat

Teléfono: 610457037

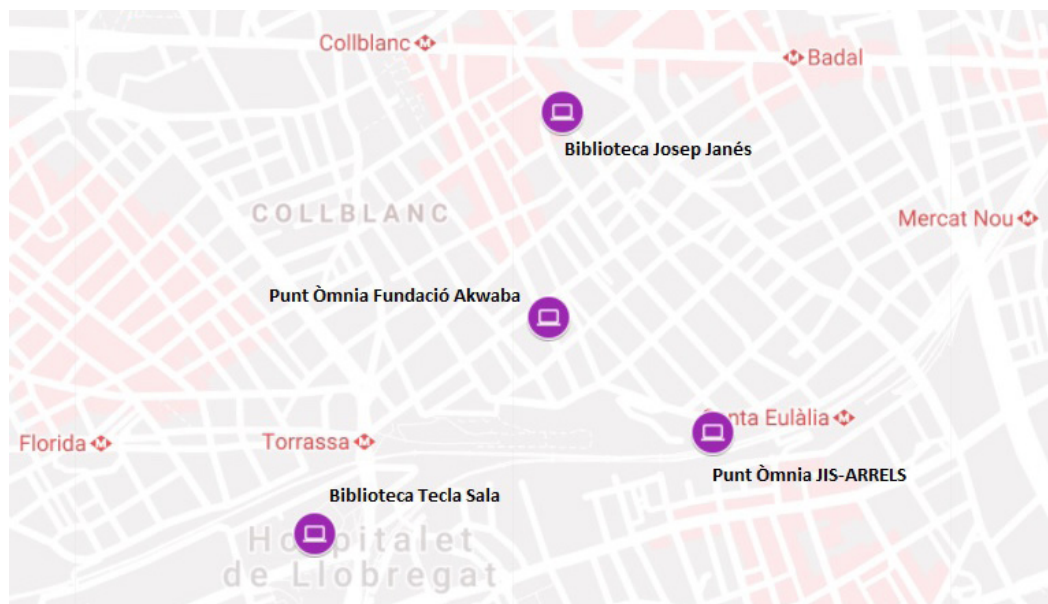
Punto Omnia JIS-ARRELS

Dirección: Rda. de la Torrassa, 105, 3r CP: 08903 - Hospitalet de Llobregat

Web: <https://puntomniajisarrels.wordpress.com/>

Dirección de correo electrónico: jjisarrels@xarxaomnia.gencat.cat

Teléfono: 934219310



Procés Comunitari de Collblanc - la Torrassa



Ajuntament de L'Hospitalet



 **Bibliotèques de L'H Josep Janés**





PROCESO COMUNITARIO 2021



Guia fácil de competencias digitales