

Guia fàcil de competències digitals

Les següents infografies han estat possibles gràcies a la Comissió de Comunicació del Procés Comunitari de Collblanc- la Torrassa. S'han elaborat a partir dels Tallers en Competències Digitals desenvolupats a la Biblioteca Josep Janés durant el mes de desembre del 2020 amb la dinamització d'Adhoc Cultura.

Aquesta formació i les infografies pretenen apropar-nos a les noves tecnologies i oferir eines per afavorir l'accés a les plataformes digitals i, per tant, millorar la nostra capacitat d'informar-nos i comunicar.



Com fer un compte de correu Gmail?



01



Busca pàgina d'inici

Obre el navegador predeterminat i ves a la pàgina d'inici de sessió de Gmail. A la banda inferior esquerra veureu l'opció "Crea un compte". Cliqueu-hi!

02



Omple les teves dades

Hauràs d'escriure el teu nom complet, i escollir dues coses fonamentals: El nom i la contrasenya. Un cop has acabat d'omplir els camps, prem següent!

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](#) [Siguiete](#)

03



Accepta les condicions

Llegeix aquestes condicions i clica sobre els dos botons d'acceptació. Un cop clicats, prem "Crear un compte" i ja el tens llest!



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



Com crear un idCAT a l'ordinador?



01



Ves a Google i a la barra de cercar introdueix la paraula IDCAT

02



Fes clic a la sol·licitud del certificat

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
- Suspendre el certificat
- Revocar el certificat
- Habilitar el certificat
- Modificar el certificat

Avís legal | © Copyright



03



És clau tenir en compte l'avertiment que emet IDCAT:

"Contacti amb la seva entitat de registre abans d'emplenar aquesta sol·licitud i confirmi que us poden emetre el certificat."

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

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 constreïdes amb el vostre document identificatiu. ([l'listat d'ER idCAT en versió PDF](#))

Veure aquest vídeo en [altres idiomes](#)

04



Omple tots els camps del formulari.

Els que tenen un (*) són obligatoris.

Selecciona el tipus de document: DNI, NIE, etc.

Clica a continuar una vegada estigui tot complet.

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

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 vegada comprovats tots els camps, verifica el registre introduint les lletres que apareixen en la imatge. En cas que alguna de les dades introduïdes no sigui correcte, pots modificar-les en aquest apartat.

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

Avís legal | © Copyright

06



Llest! Ara només falta anar a un dels centres per a poder recollir el teu certificat digital. Pots anar a buscar a buscar-ho a l'Ajuntament de LH: C/Girona, 10 (baixos), 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 com sol·licitar hora al CatSalut



01



Ves a al web:

<https://catsalut.gencat.cat/ca/coneix-catsalut/acces-sistema-salut/com-accedeix/programacio-visites/>
I escriu les teves dades per accedir-hi.

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



Accediràs al menú on podràs escollir l'especialitat que necessites

Prem sobre el nom de l'especialista que necessitis demanar cita prèvia.

The screenshot shows the 'Programació de visites' page. At the top, there is a 'Usuaris' header and a 'Desconnecteu' button. The main content area is divided into two columns. The left column, titled 'Pas 2: Visita programada', shows a form for 'Les vostres dades' with fields for Nom, CIP, Med.família/Pediatria, Infermeria, Centre: CAP, Adreça, and Telèfon. Below the form are icons for 'Med. família/Pediatria', 'Infermeria', 'Odontologia', and 'Treball social'. A message box states: '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.' Below this is a 'Continuar' button. The right column, titled 'Consultar o anul·lar les visites programades', lists several categories with '[cap visita]' next to them: 'Med. família/Pediatria', 'Infermeria', 'Odontologia', 'Treball social', and 'Altres visites'. Below this is a section 'Altres opcions' with links for 'Demostració exemple', 'Incidències tècniques', and 'Versió d'alt contrast'.



COLLBLANC - LA TORRASSA CONNECTAT I INFORMAT!

03



Escull la data i l'hora i confirma la visita

04



Pots veure la confirmació de la visita en el menú principal, o si fos el cas, anul·lar-la



Com funciona l'Instagram?

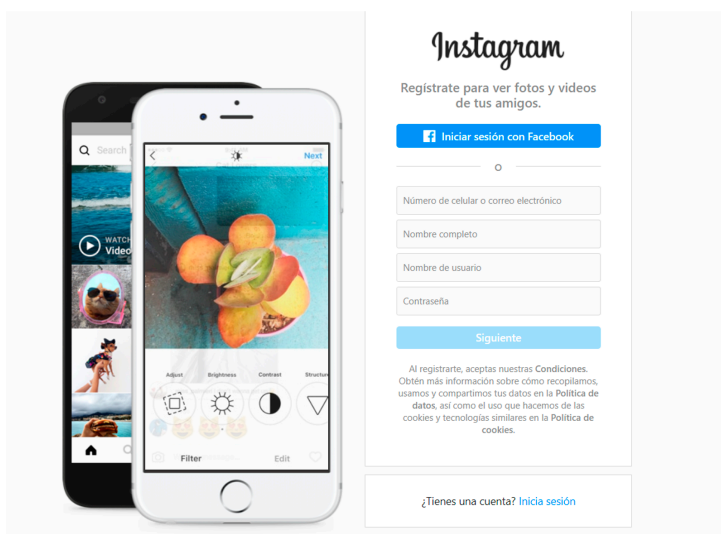


01



Fes-te un usuari o usuària

Descarrega l'Aplicació mitjançant el teu dispositiu mòbil, o bé accedint a la direcció www.instagram.com amb el navegador del teu ordinador.



02



Pas 2 Omple el teu perfil

Un cop tinguis el compte activat, podràs posar la informació que tu vulguis al teu perfil. També hauràs de posar-te una foto de perfil que t'identifiqui (o una imatge que et representi).

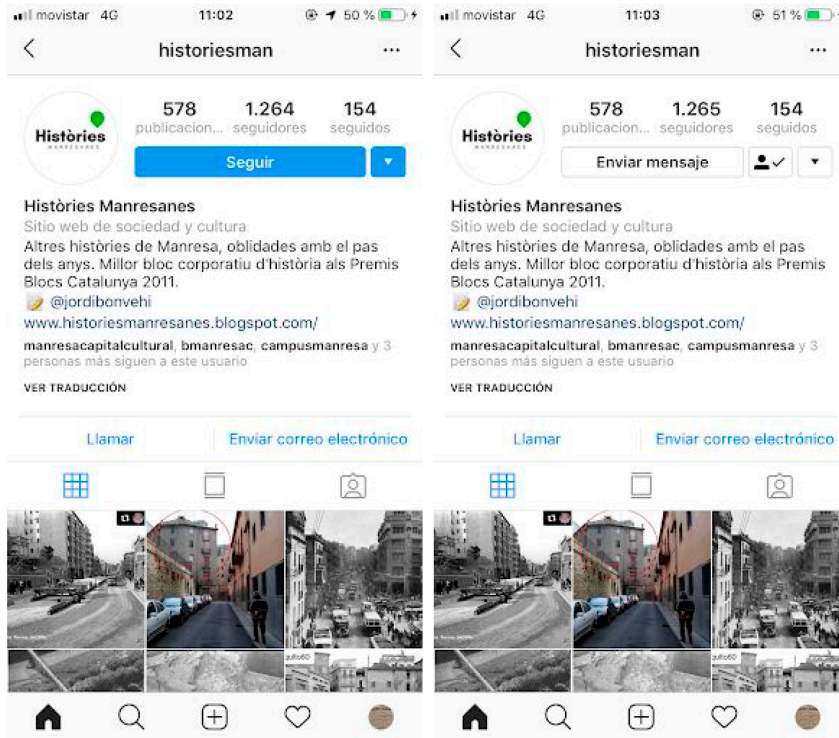


03



Segueix altres usuaris i usuàries!

Explora aquells perfils que t'agradin o demana el nom d'usuari o usuària als teus familiars o amigats. Un cop trobis el perfil que t'interessa, clica sobre "Seguir". Quan entris a Instagram t'apareixeran directament les fotografies que pengi aquest usuari o usuària.

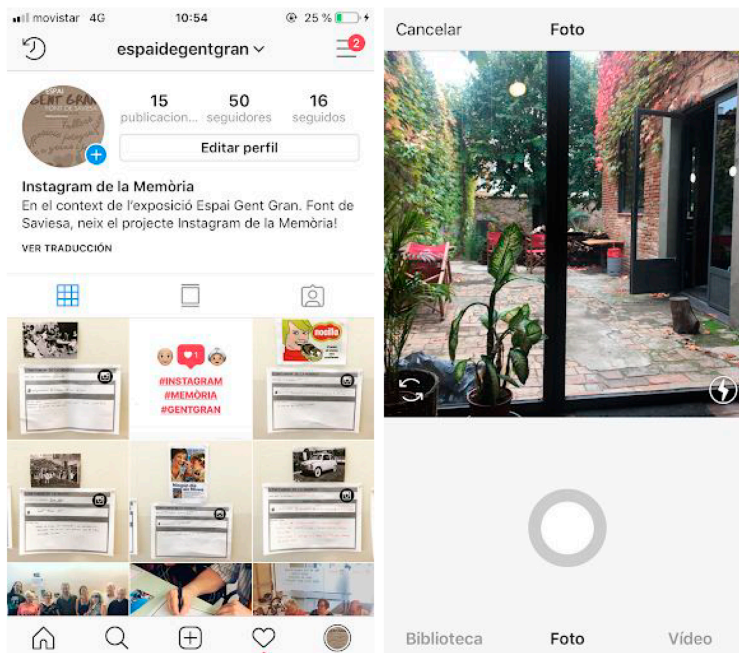


04



Puja fotografies!

Instagram té un menú que et permet pujar fotografies que tens guardades al mòbil, o fer vídeos o fotos des de la mateixa aplicació.

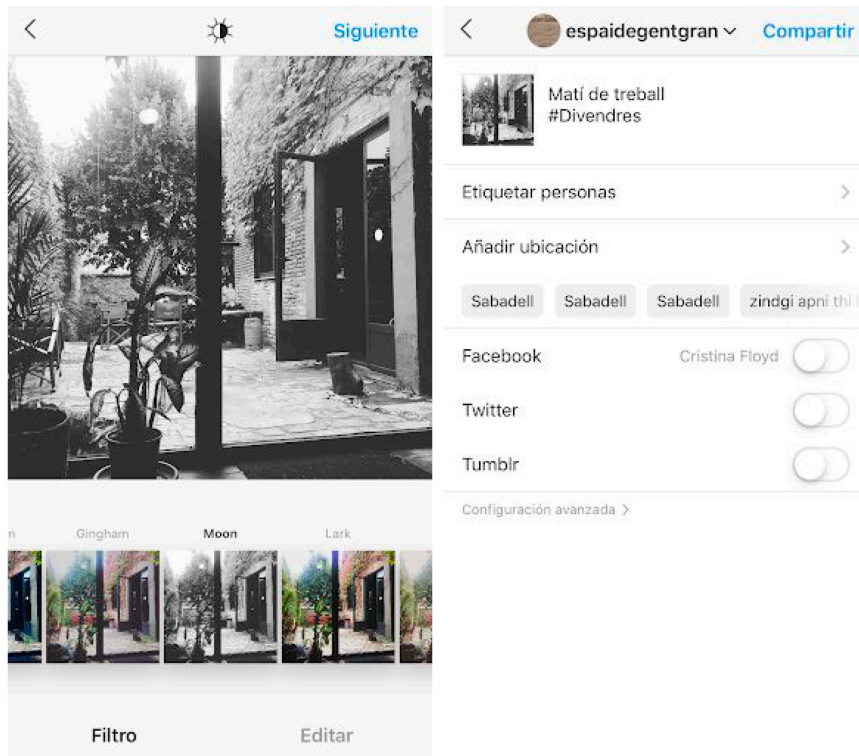


05



Edita-la!

Un cop tinguis la imatge que t'agrada, podràs editar-la al teu gust amb els filtres . Quant t'agradi la imatge, prem "següent" i podràs afegir un peu de foto, etiquetar a altres usuaris i usuàries i afegir la ubicació de la fotografia.



06



Escriu.

En el peu de foto, podem afegir tres elements importants: Hashtags (Exemple: #Vacances), etiquetes d'usuari (Exemple: @Pep) o emojis. Un cop hagis posat tot allò que tu vulguis, prem "compartir" per publicar la fotografia!

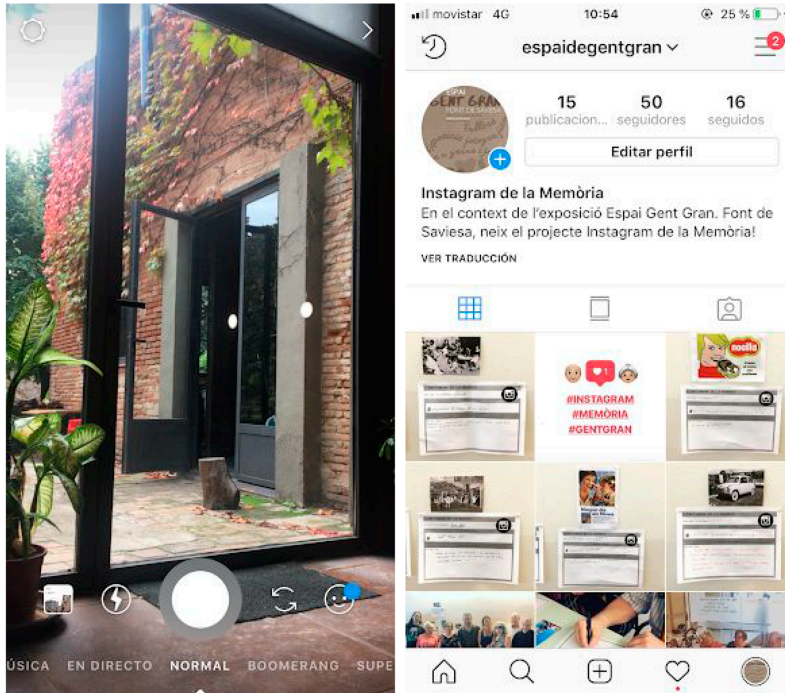


07



Fes Stories!

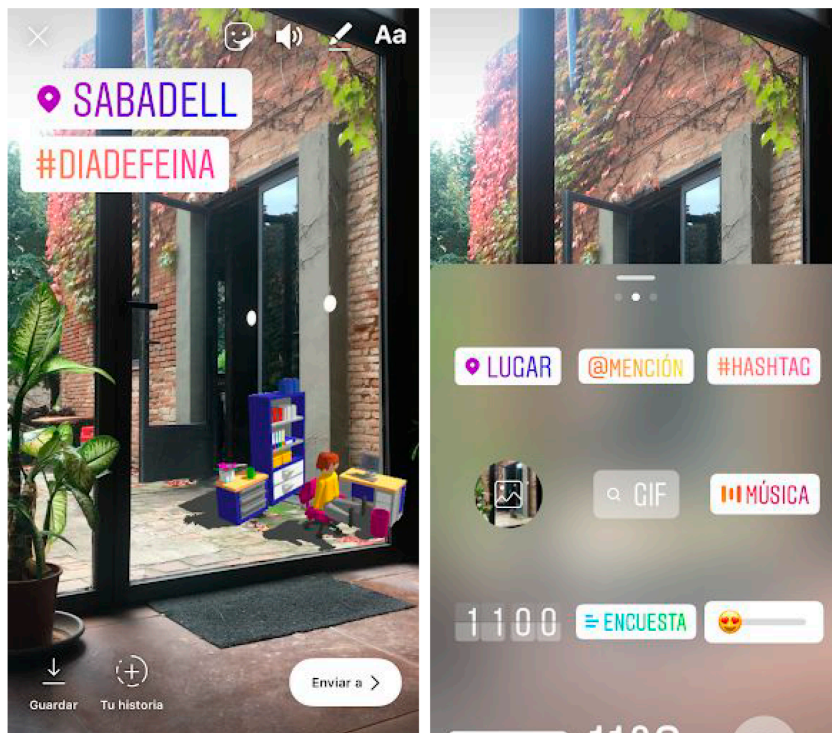
Aquestes ens permeten compartir tot allò que vulguem durant 24 hores! Per fer-les, has de prémer la rodona on hi ha la teva foto de perfil. Se t'obrirà la càmera i podràs prendre la imatge o vídeo que tu vulguis.



08



Prem la icona amb una cara contenta i afegeix el que tu vulguis sobre la imatge. Un cop ho tinguis muntat com a tu t'agrada, prem el símbol + on posa "tu historia" i ja ho tindràs publicat. Pots veure les stories d'altres usuaris i usuàries clicant sobre la seva rodona del perfil.





BARRI CONNECTAT I INFORMAT!

Us enumerem els serveis de telecentre que podeu trobar al districte de Collblanc-la Torrassa per millorar i posar en pràctica les vostres competències digitals:

Entitats i serveis on podràs trobar punts de connexió d'Internet i ofimàtica

Biblioteca Josep Janés

4 ordinadors (3 adults + 1 sala infantil)

Adreça: C. Doctor Martí i Julià, 33 CP: 08903 - L'Hospitalet de Llobregat

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

Adreça electrònica: bibjosepjanes@l-h.cat

Telèfon: 934032935

Biblioteca Tecla Sala

13 ordinadors (10 adults + 3 sala infantil)

Adreça: AV Josep Tarradellas i Joan, 44 CP: 08901- L'Hospitalet de Llobregat

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

Adreça electrònica: bibteclasala@l-h.cat

Teléfono: 934032630

Entitats i serveis on podràs aprendre encara més sobre competències digitals:

Punt Òmnia Fundació Akwaba

Adreça: C. Llobregat, 145, baixos CP: 08904 - L'Hospitalet de Llobregat

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

Adreça electrònica: akwaba1@xarxaomnia.gencat.cat

Telèfon: 610457037

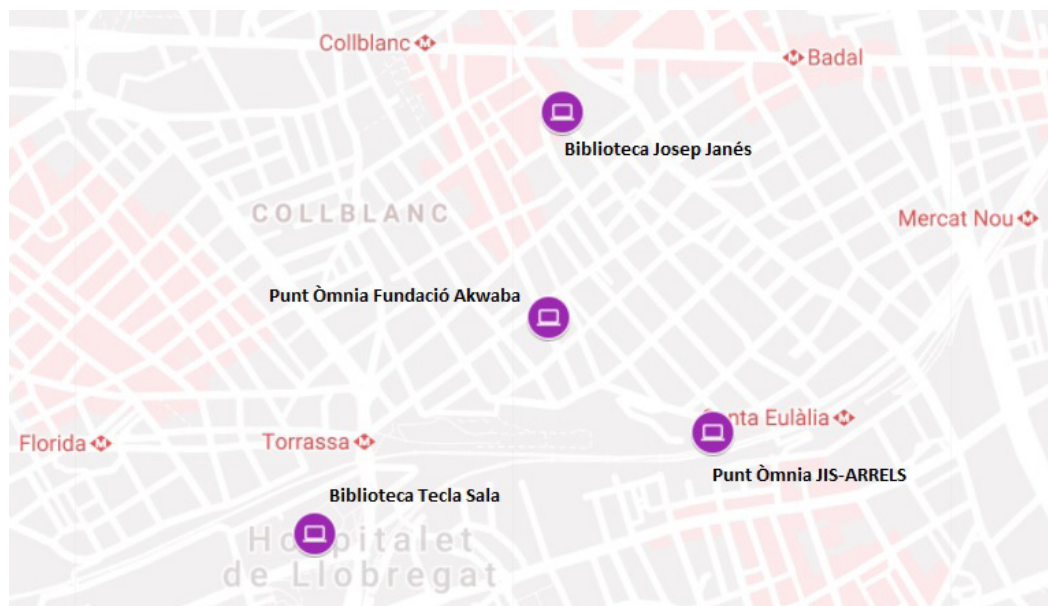
Punt Òmnia JIS-ARRELS

Adreça: Rda. de la Torrassa, 105, 3r CP: 08903 L'Hospitalet de Llobregat

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

Adreça electrònica: jisharrels@xarxaomnia.gencat.cat

Telèfon: 934219310



Procés Comunitari de Collblanc - la Torrassa



Ajuntament de L'Hospitalet





PROCÉS COMUNITARI

 Guia fàcil de competències digitals