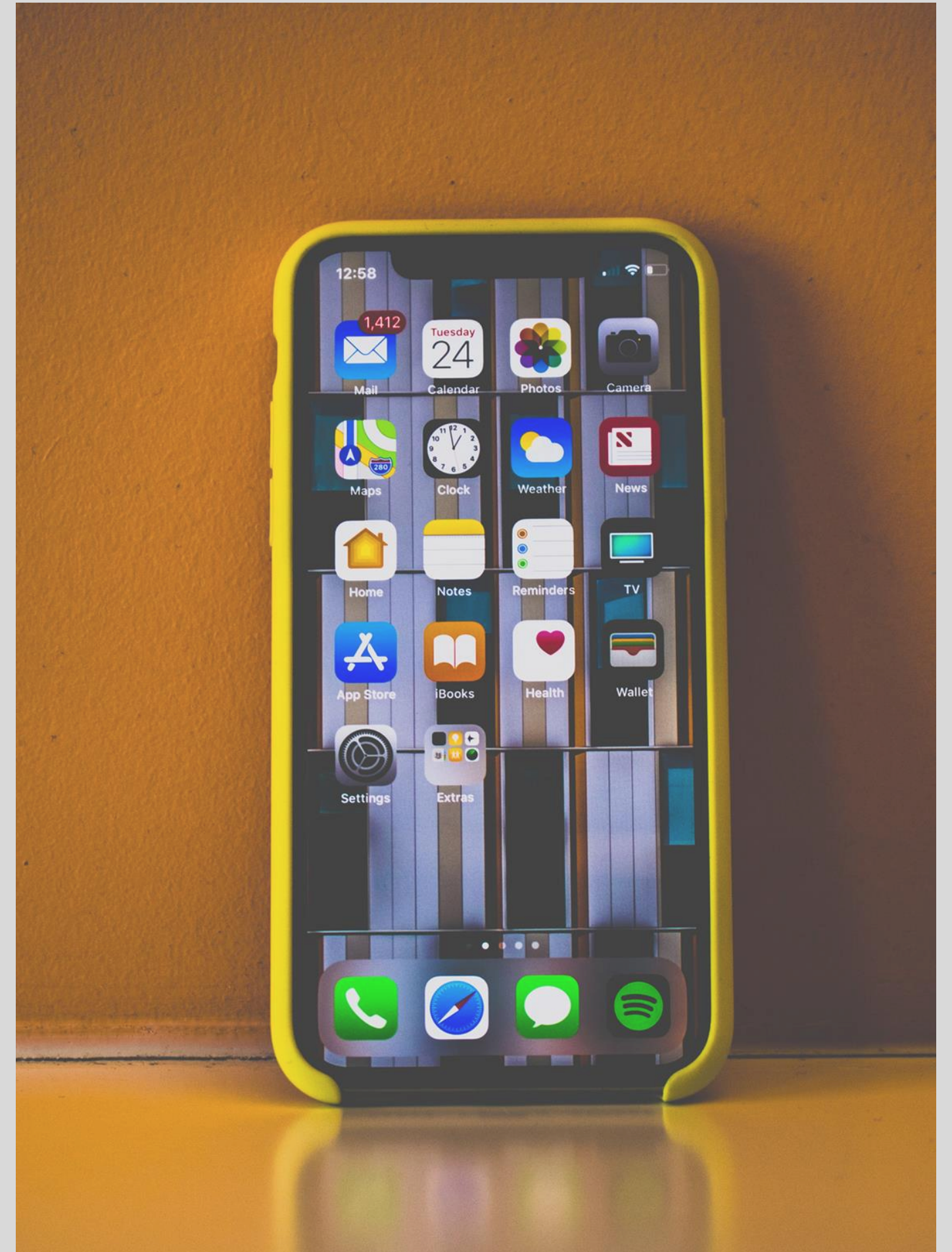


# Coneix el teu mòbil







Catalina Cladera, presidenta del Consell de Mallorca

Primer de tot, voldria enviar-vos a totes i tots un missatge d'agraïment. No és la primera vegada que ho faig i aprofit cada ocasió que tenc per donar-vos les gràcies per la responsabilitat, paciència i generositat que heu demostrat durant tota la crisi sanitària. Són moments difícils, però confii que aviat tornarem a la normalitat i ens podrem relacionar com fèiem abans. Som ben conscient que res pot substituir la comunicació de tu a tu, el contacte físic i les converses de tota la vida, però no tenim perquè renunciar a les altres opcions que ens ofereix la tecnologia. En aquesta situació tan estranya i excepcional que ens ha tocat viure és importantíssim seguir en contacte, no deixar de parlar-nos, d'enviar-nos missatges, hem de seguir estant en contacte amb les persones i accedir a continguts nous que ens poden interessar. Per això, us animam a aprofitar les possibilitats que ens dona el telèfon mòbil i us acompanyam en aquest camí. Esper que aquesta guia que us presentam us serveixi d'ajuda per relacionar-vos, entretenir-vos i, per descomptat, descobrir maneres noves d'aprofitar tot allò que ens ofereix la tecnologia.



Teresa Suárez, consellera de Presidència del Consell de Mallorca

Ja heu vist com des del Consell hem emprat les noves tecnologies per continuar fent activitats a casa i compensar d'alguna manera els efectes que ha tengut la pandèmia sobre l'activitat dels clubs i de les associacions. Estic segura que per a molts de vosaltres no ha estat fàcil deixar d'anar a ballar o a les classes de ioga, a fer el cafè a l'associació amb els companys, deixar els assajos de teatre o la coral... Però, entre totes i tots, ens hem adaptat a la situació i la nostra intenció és ajudar-vos i oferir-vos totes les eines possibles perquè continueu connectats i actius. Potser ja maneja el mòbil com a experts o potser ho heu provat alguna vegada, però ho heu trobat massa complicat. O l'utilitzau només per a cridades, però no heu provat mai d'enviar un missatge o entrar en una aplicació una mica més complexa de fer servir. No passeu pena, perquè en aquesta guia que us presentam hi trobareu l'ajuda adequada per treure el màxim profit del vostre telèfon mòbil. Tenc la seguretat que hi trobareu informació d'utilitat que podreu fer servir de manera fluida i senzilla.

Tancar  
Girar  
Editar



Càmera de fotos  
Afegir text

Enviar

## Abans de començar

El mòbil està organitzat de manera intuïtiva i fàcil. Moltes de les accions que podeu fer estan representades per pictogrames, com podeu veure a la imatge. Solen ser símbols fàcils de reconèixer.

És important no ofuscar-se i llegir detingudament el que acceptau fer. Sigui com sigui, pensau que podreu desfer les vostres accions amb facilitat, només s'ha de saber on i com.

També és important que conegueu l'aparell, que sapigueu per a què serveixen els botons exteriors: volum, encendre/apagar...

No tots el mòbils funcionen igual però s'assemblen molt.





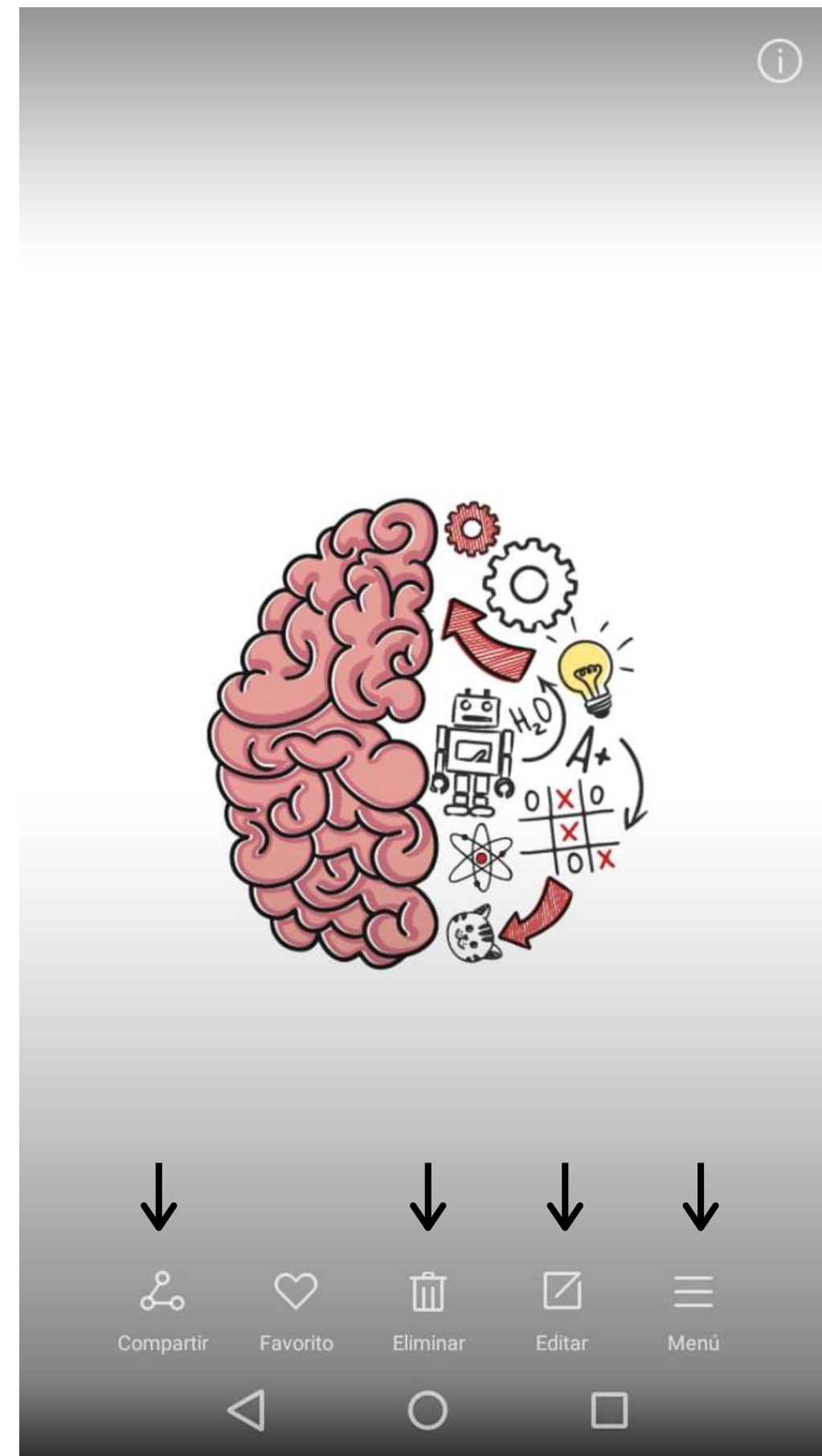
**Tornar enrere**      **Anar a la pantalla d'inici**

**Desplegar aplicacions i pàgines obertes**

També és important conèixer els botons marcats a la imatge, ja que us facilitaran molt l'ús del mòbil.

Veureu que els mateixos símbols es repeteixen a tots els telèfons i aplicacions.

Ànims i fora nirvis. El mòbil és només una màquina que us ha de posar les coses fàcils, val la pena mirar una mica la pantalla, punyir i fer proves, sempre podreu tornar enrere. La vostra intuïció farà la resta!



# PRIMERA PASSA: ENCENDRE'L!



-**PIN:** número per encendre el mòbil quan està apagat del tot o per reiniciar-lo. Teniu unes quantes oportunitats per introduir-lo correctament. Si les esgotau, us demanarà el número PUK per desbloquejar-lo.

-**BLOQUEIG DE PANTALLA:** per encendre la pantalla es pot fer servir un número o també l'empremta digital.

-**PUK:** codi que ens serveix per desbloquejar el mòbil si ens hem equivocat introduint el PIN malament. Aquest codi ve per defecte amb el mòbil quan el compram. També ens el pot facilitar la companyia de telèfon. És important guardar-lo.

# ENCENDRE, REINICIAR

*I*

# APAGAR



**Des d'on:** el botó per encendre el mòbil sol estar situat a la dreta o a l'esquerra de l'aparell.

**Com:** el mantenim pitjat uns segons fins que surti una finestra similar a la de la imatge.





## *PANTALLA D'INICI*

### **Què és:**

pantalla principal on hi ha totes les nostres aplicacions i des d'on hi podem accedir.



# *MENÚ RÀPID*

**Què és:** menú d'accés ràpid i fàcil on trobam els accessos directes a aplicacions pràctiques: so, mode avió, accés a la xarxa d'Internet...

També hi trobam les notificaciones: telefonades, whatsapps, actualitzacions...

Podem passar d'una a l'altra clicant-hi damunt amb el dit.





# COM ACCEDIR AL MENÚ RÀPID

**Des d'on:** pantalla d'inici.

**Com:** activam aquest menú arrossegant el dit de dalt a baix o de baix a dalt.

# AJUSTAR EL SO I SILENCIAR L'APARELL



**Des d'on:** des del menú ràpid o des de l'aplicació **Ajustaments.**

Si hi clicau damunt podreu apujar, abaixar el volum i silenciar el so de telefonada. També teniu l'opció de vibració que es connecta, moltes vegades, en posar el mòbil en silenci.

Per canviar el to o la música de la telefonada, ho podeu fer des d'**Ajustaments.**

**El volum del telèfon, que ens permet sentir els altres o el so d'un vídeo, per exemple, s'ajusta en els botons laterals de l'aparell.**

# MODE AVIÓ

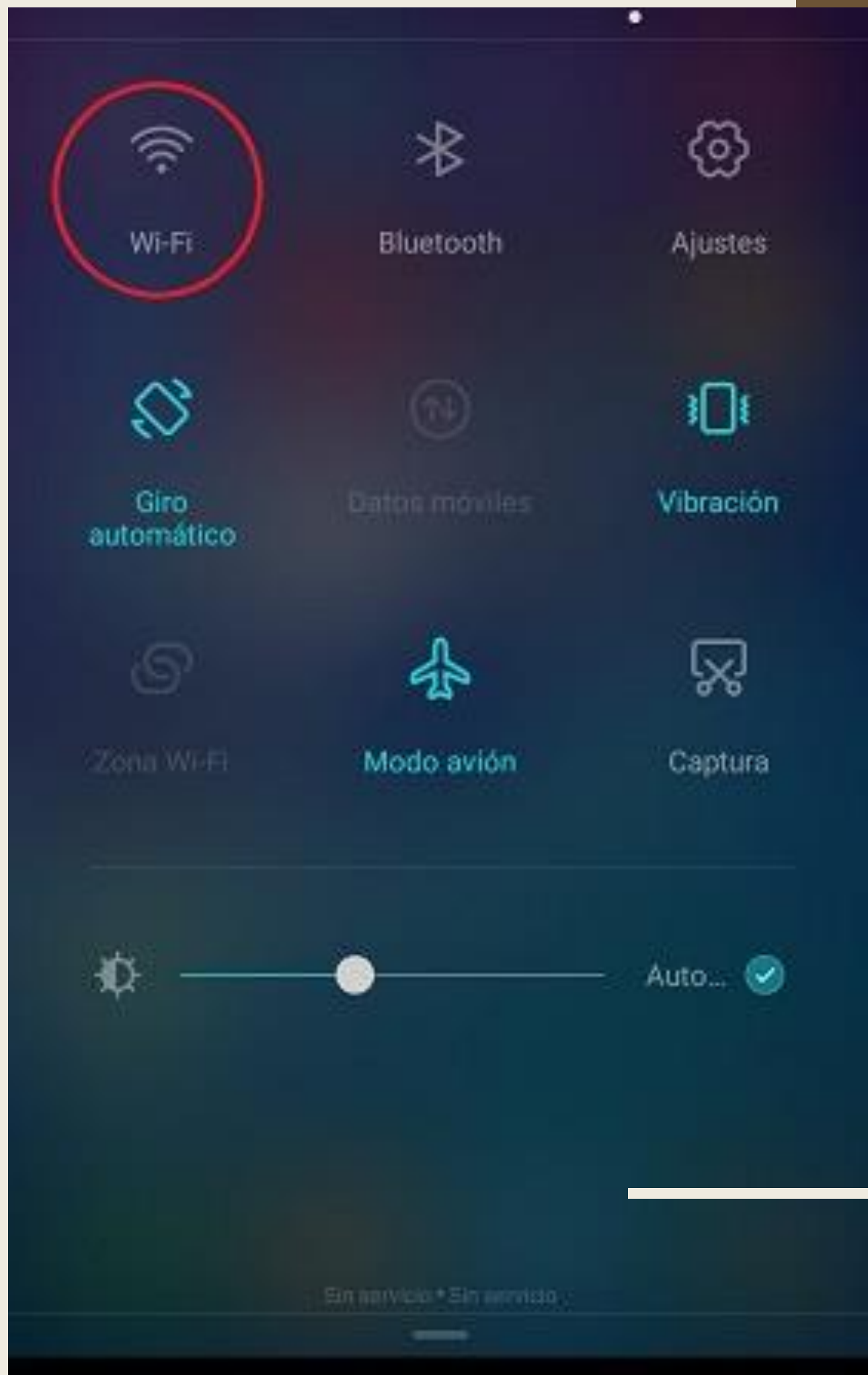
*Activar/desactivar:*



**Per a què serveix:** imprescindible si anam en avió, al cinema o al teatre i no volem apagar el telèfon del tot.

També és molt útil per estalviar bateria.

Pensau a desactivar-lo quan calgui o no rebreu telefonades ni whatsapps!



*WIFI*

*CONNEXIÓ A LA XARXA*

< Configuració

Wi-Fi

botó per  
activar/desactivar  
la wifi



Wi-Fi

✓ CentresocioculturalManacor



XARXES

BMNB4N3



MiFibra-8AA4\_EXT



Orange-4E42



Wifi Estudi



Altres...

Preguntar per accedir

Notificar-me >

S'accedirà automàticament a les xarxes conegudes. Si no n'hi ha cap de disponible, se't mostraran altres xarxes actives.

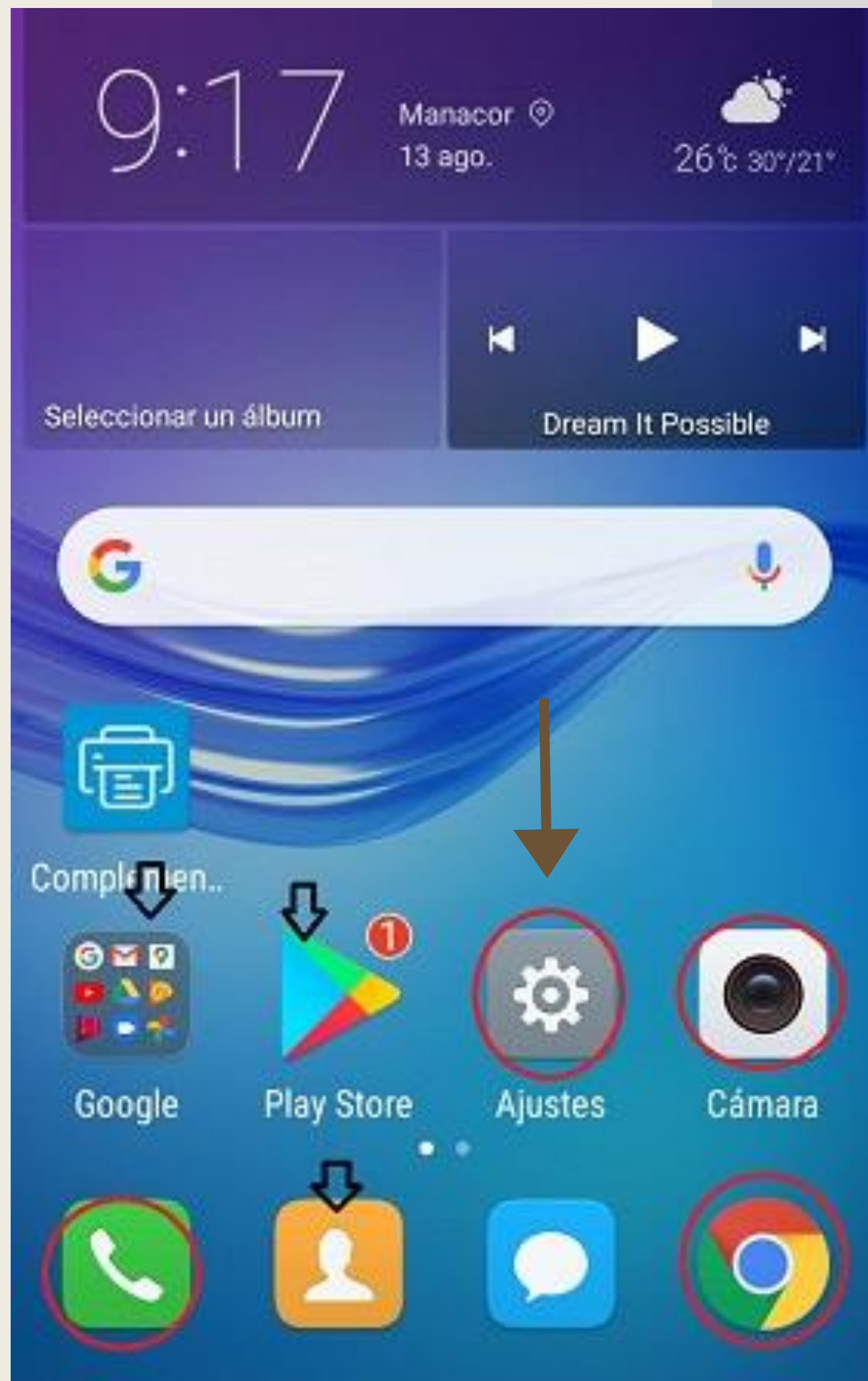
## CONNEXIÓ A LA XARXA

**Com:** per accedir a la xarxa wifi pulsarem el símbol de la wifi  al **Menú ràpid** o a **Ajustaments**.

Activam el botó wifi i cercam la xarxa que ens interessi. Introduïm el **PIN de la xarxa** i acceptam.

Si tot és correcte, la connexió és quasi immediata.

Les xarxes que apareixen amb un pany obert no necessiten PIN. En espais públics oberts, com places, parcs i jardins és freqüent que hi trobem xarxes obertes. A la majoria de restaurants i cafès en solen oferir de manera gratuïta a la clientela.



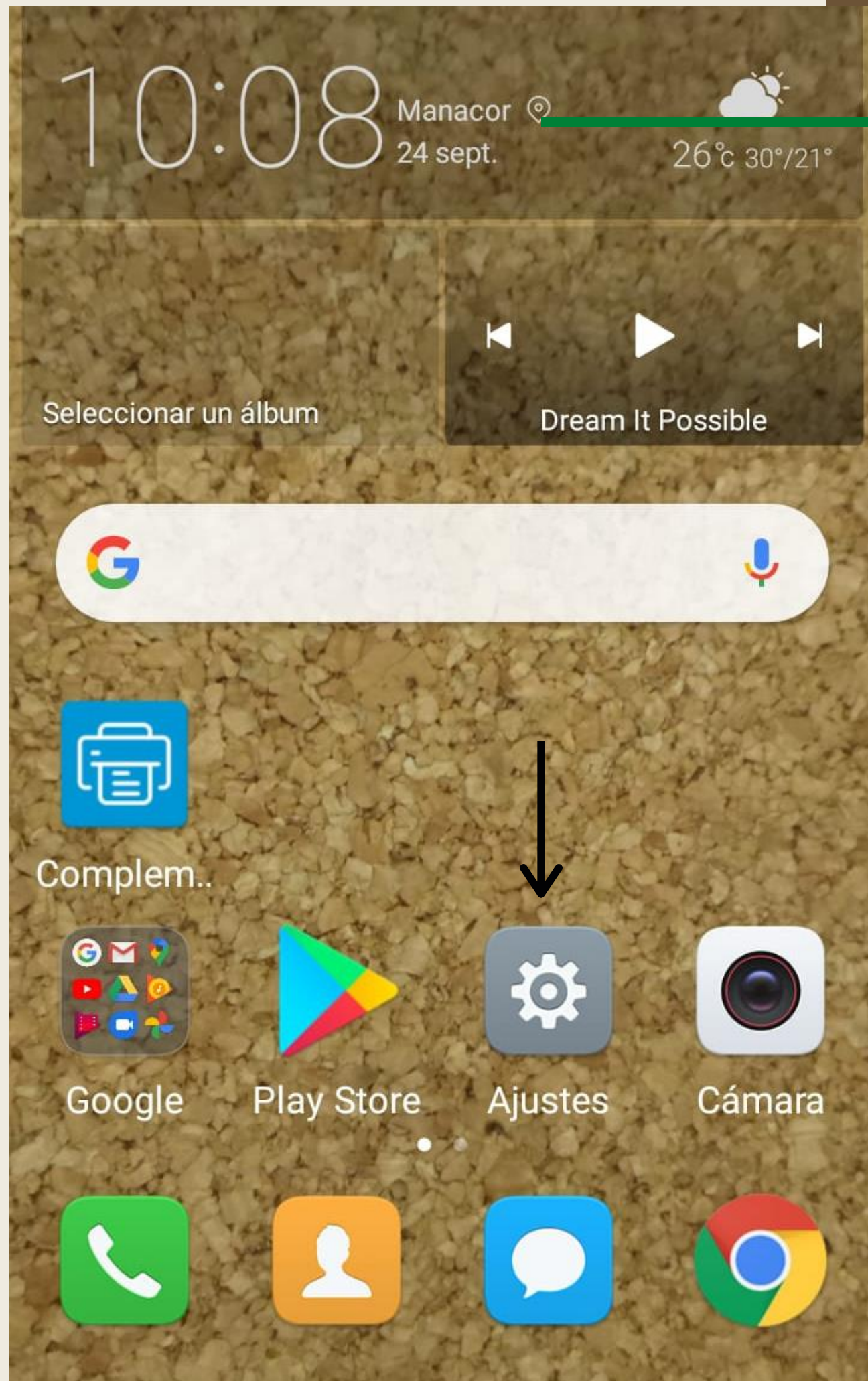
## *AJUSTAMENTS DEL TELÈFON*

**Què és:** en aquesta aplicació hi trobam com configurar el mòbil:

- So
- Fons de pantalla
- Connexió a les xarxes
- Idiomes
- Mida de les lletres i les imatges
- Hora...

**Podem trobar moltes d'aquestes eines al menú rapid.**

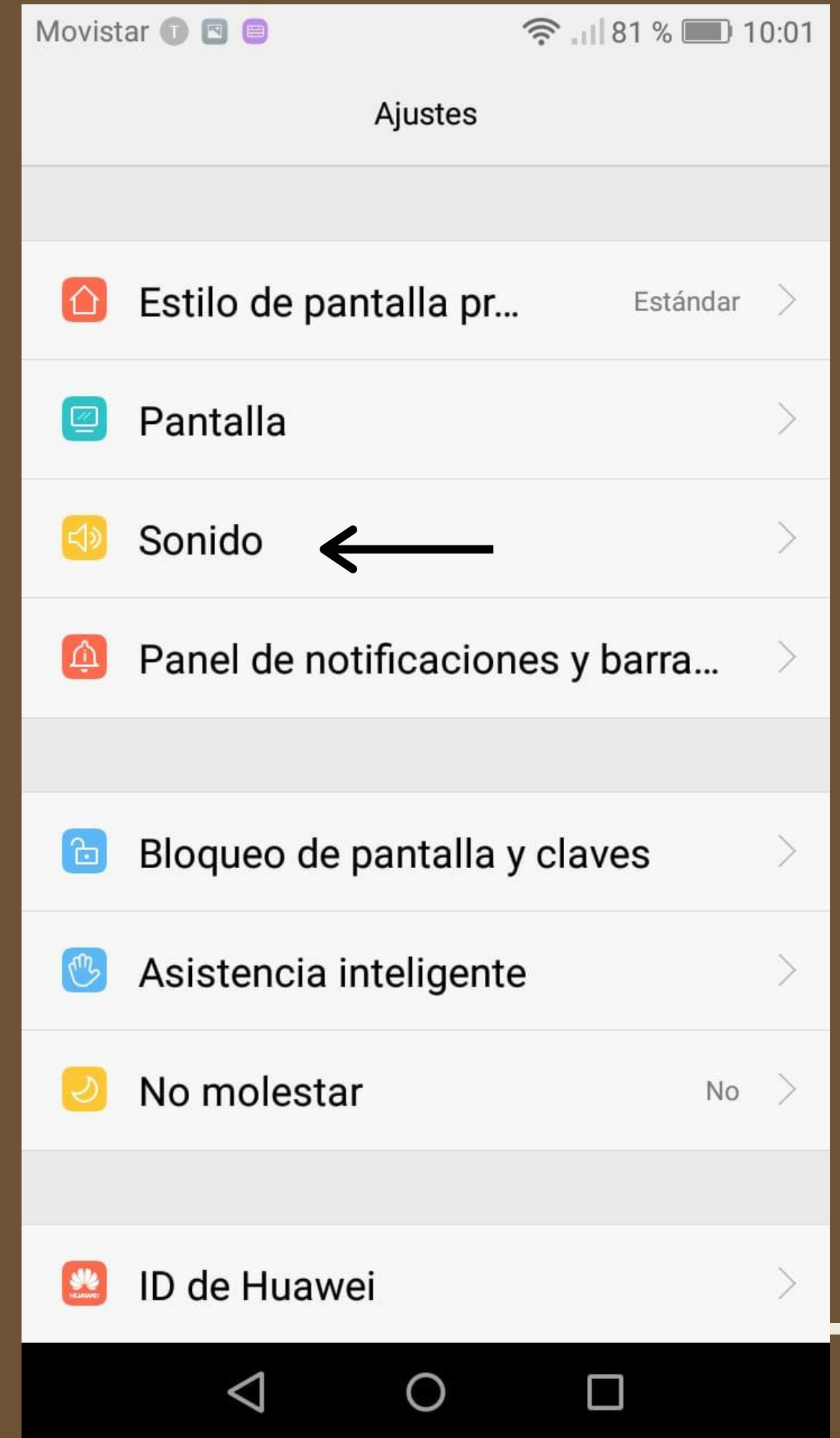




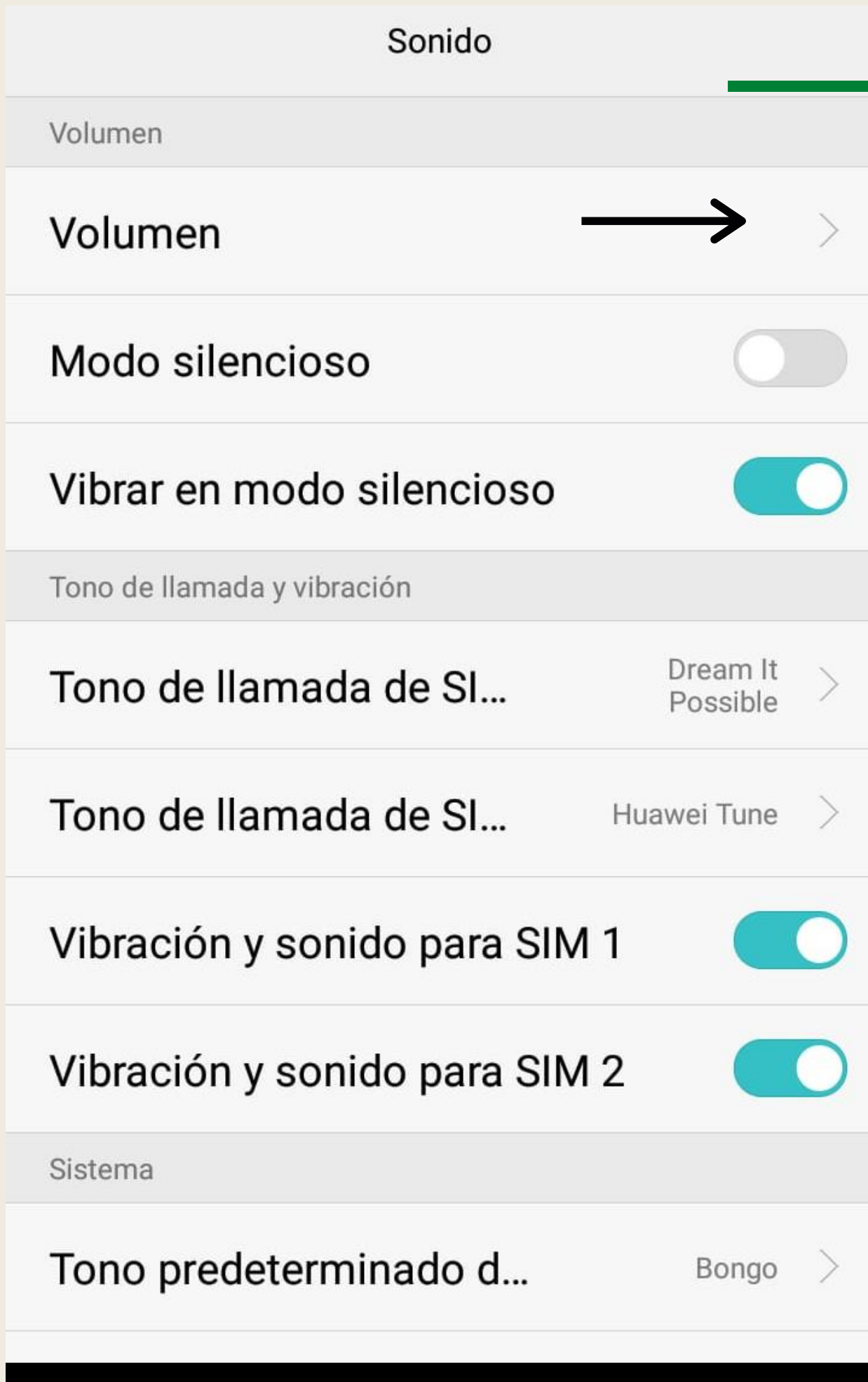
# AJUSTAR EL SO

**Des d'on:** des de l'aplicació **Ajustaments**

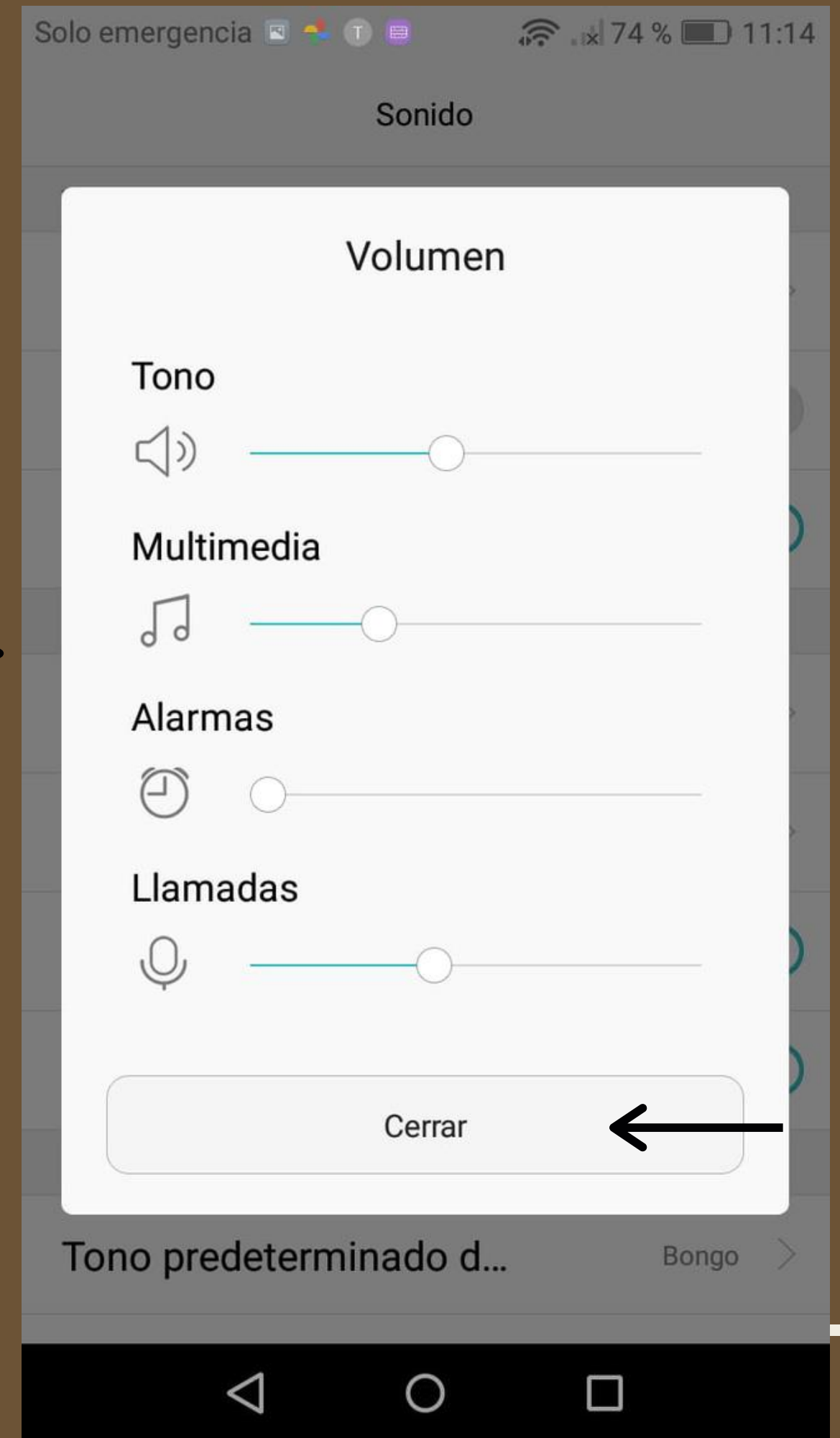
Ajustaments-so-volum

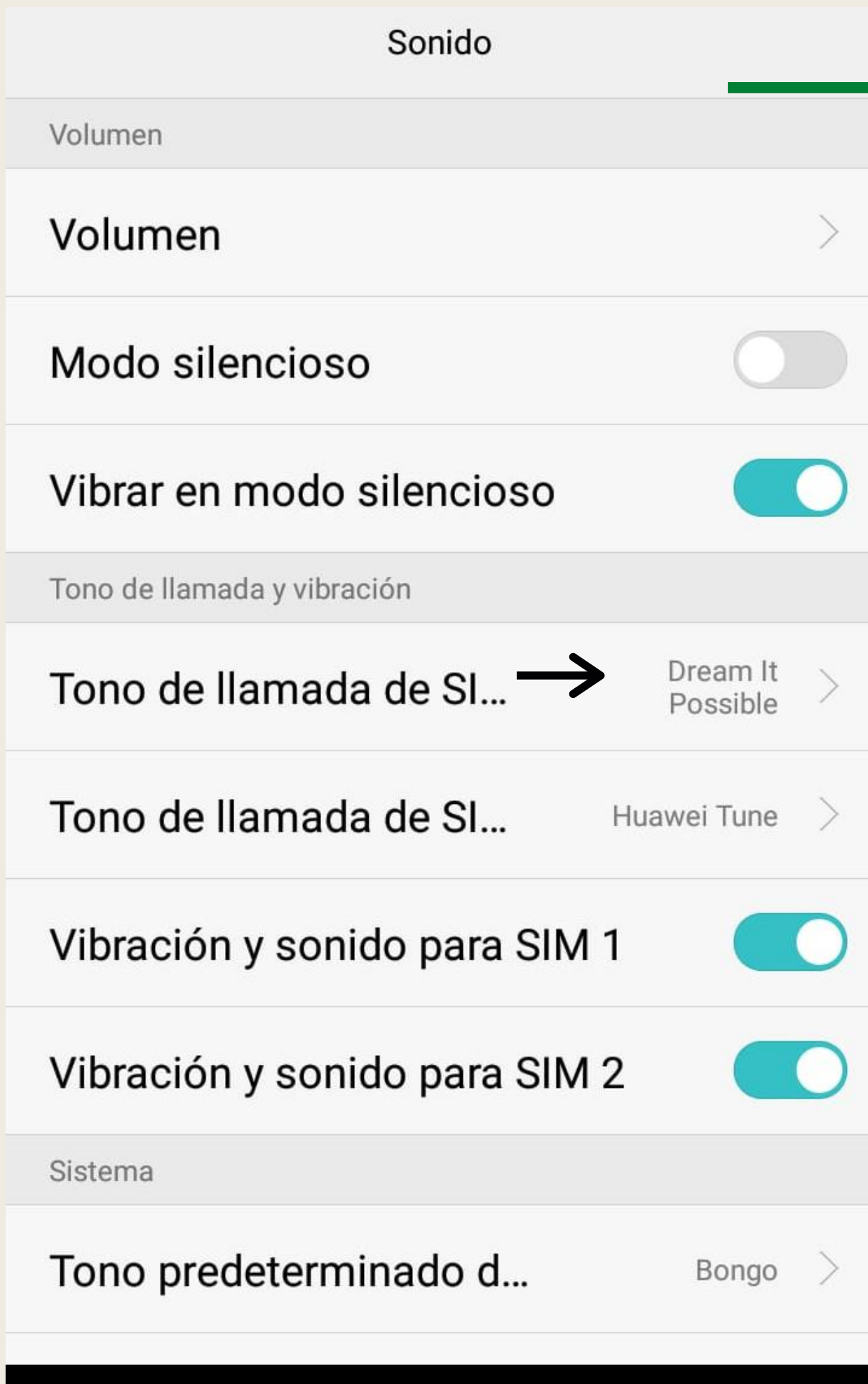


# AJUSTAR EL SO



**Apujam o abaixam el so, segons la necessitat, i tancam per acceptar els canvis que hem fet.**

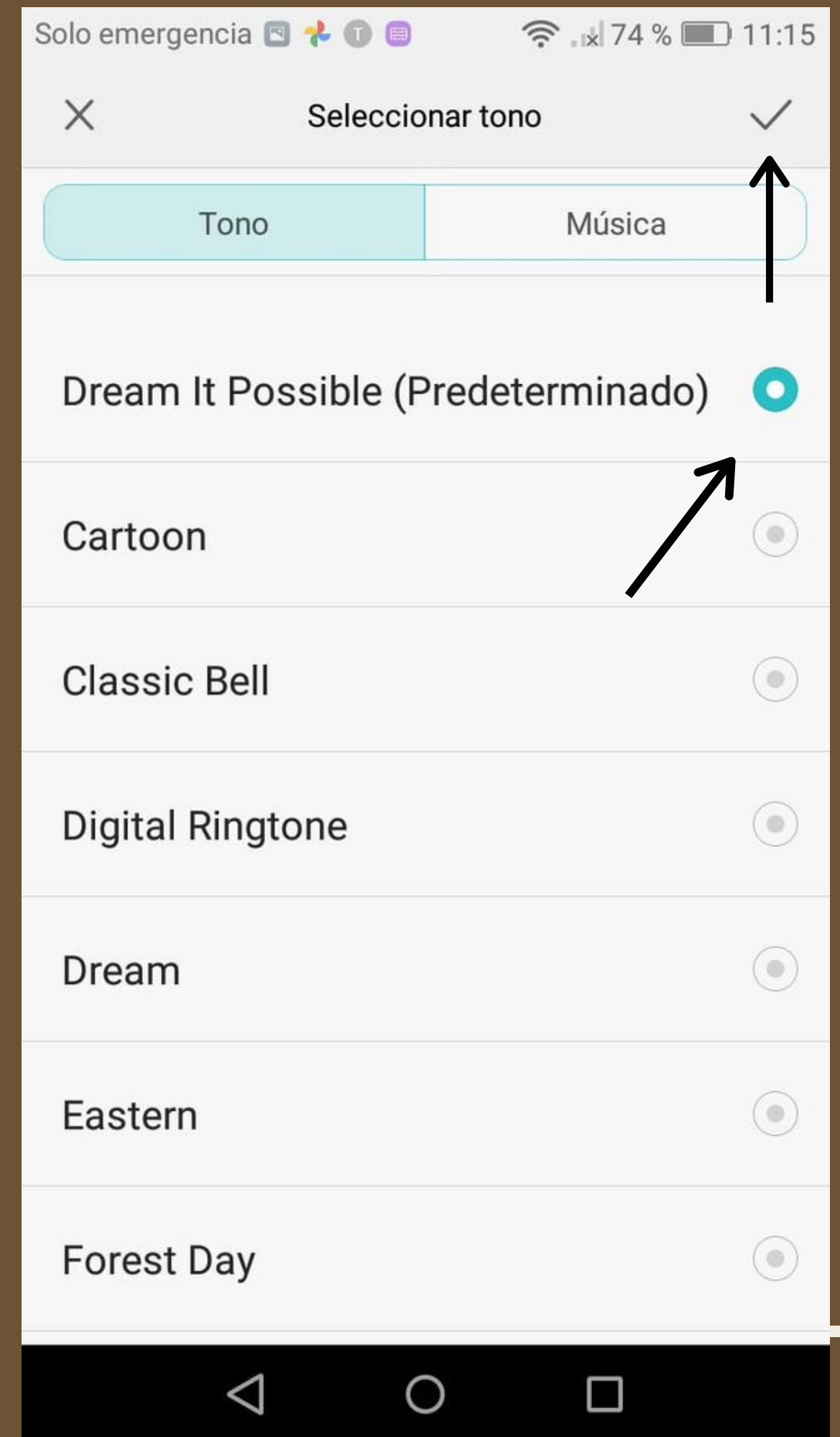


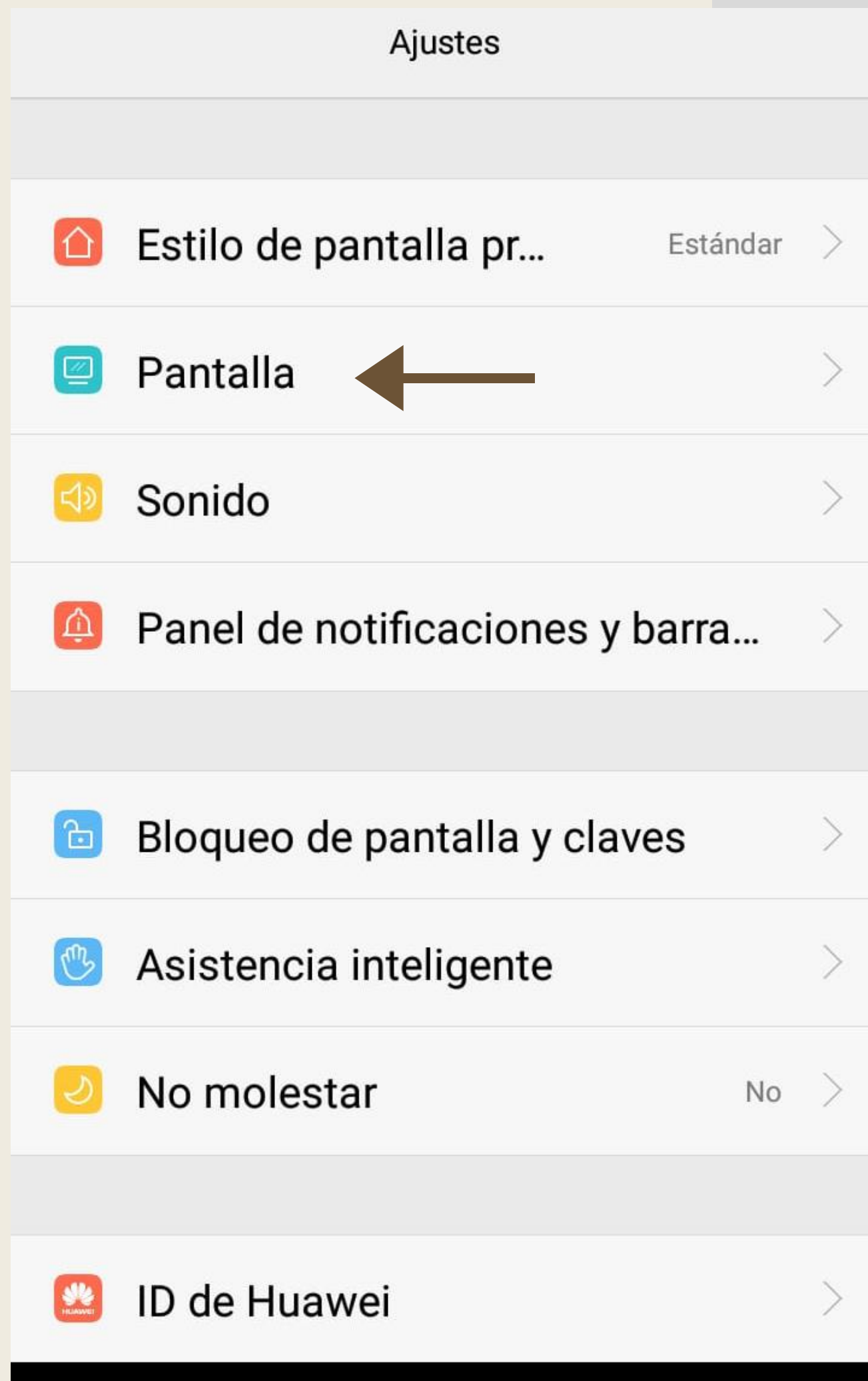


## CANVIAR EL TONO O MÚSICA DE LA TELEFONADA

**Des d'on:** des de l'aplicació **Ajustaments**.

Ajustaments-to de la telefonada. Triarem el que més ens agradi i acceptarem per guardar els canvis.

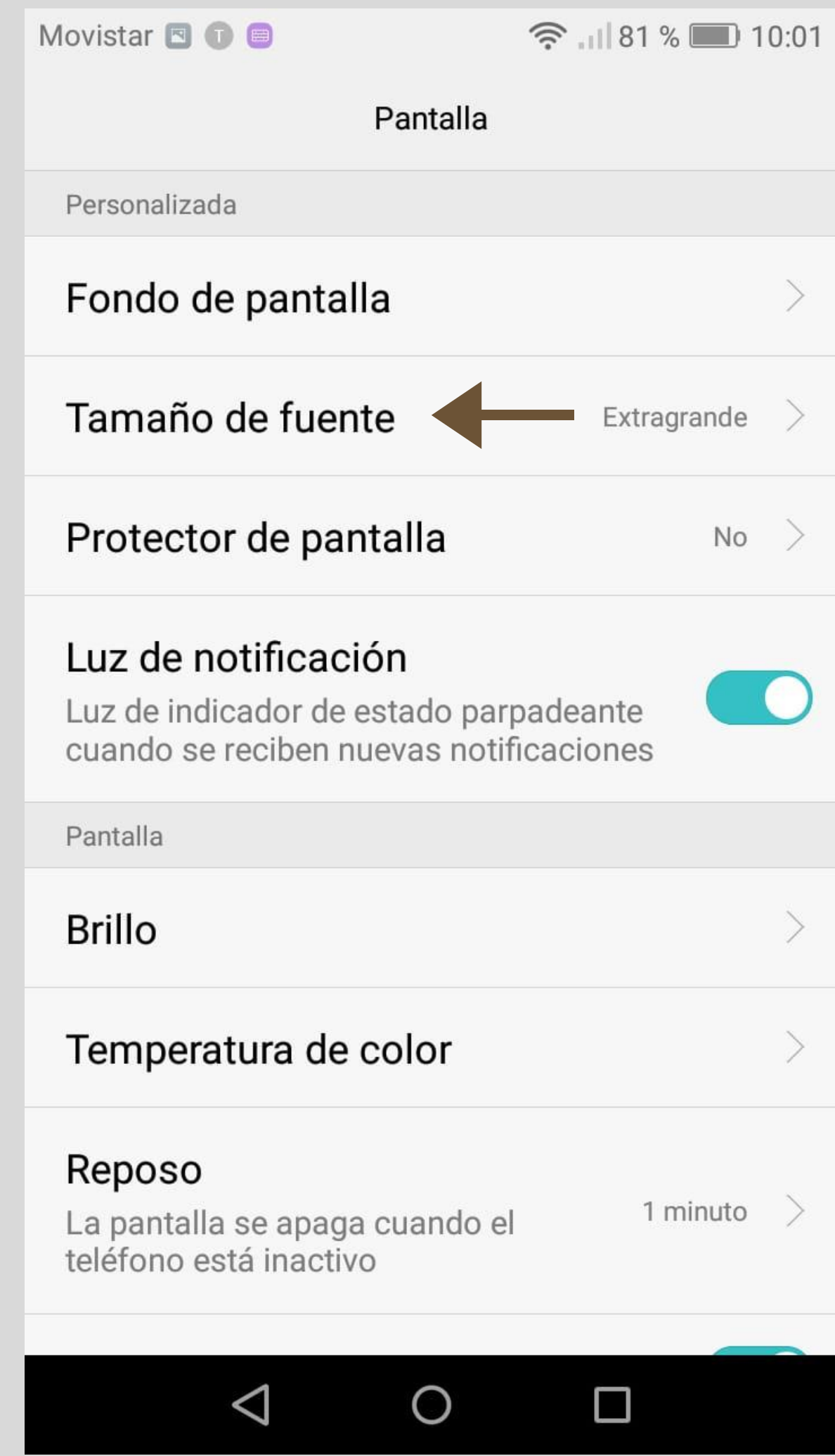


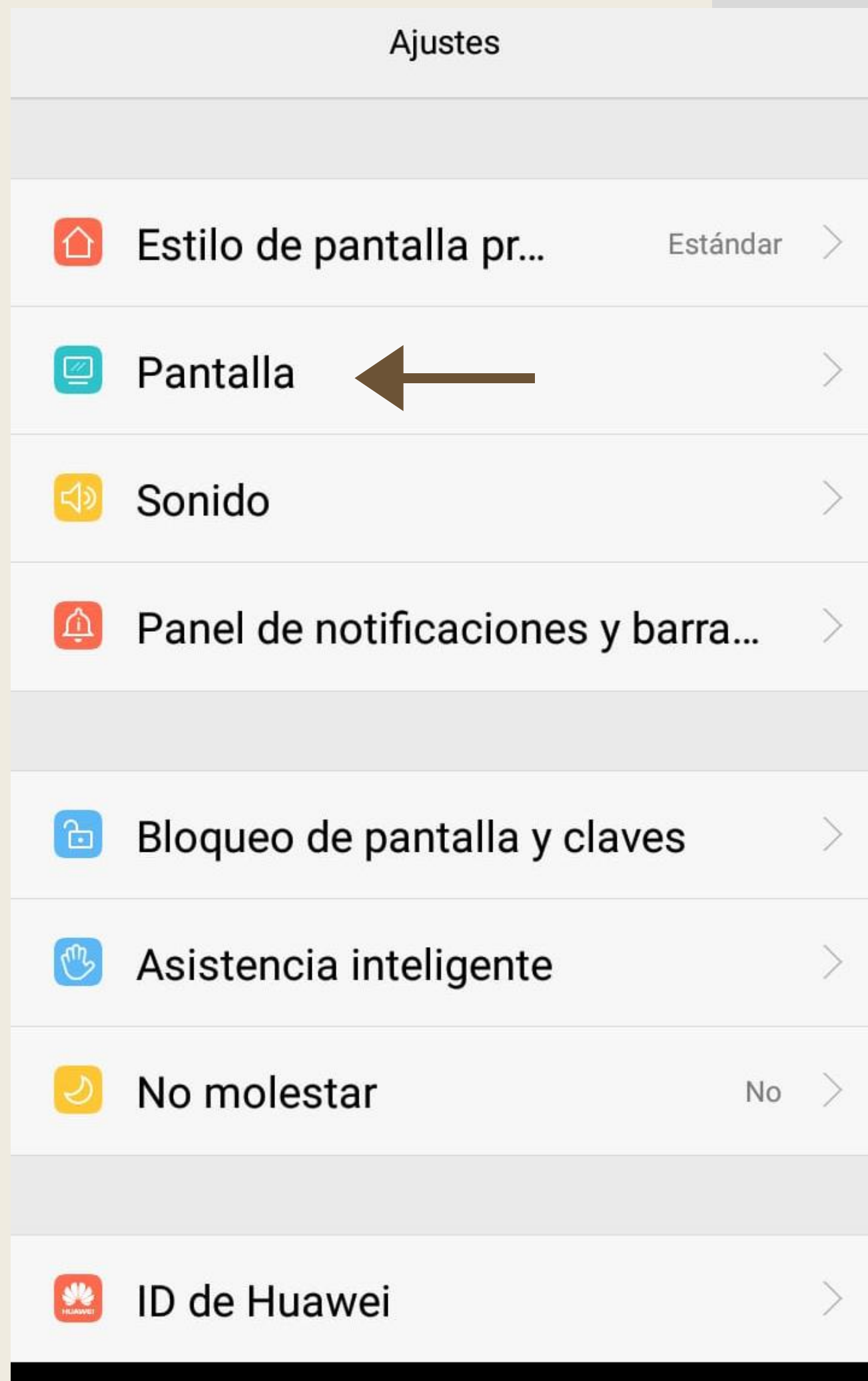


## *CANVIAR LA MIDA DE LA LLETRA*

**Com:** des de l'aplicació **Ajustaments.**

Ajustament-Pantalla-Mida de font.  
Triar la mida de la lletra desitjada.

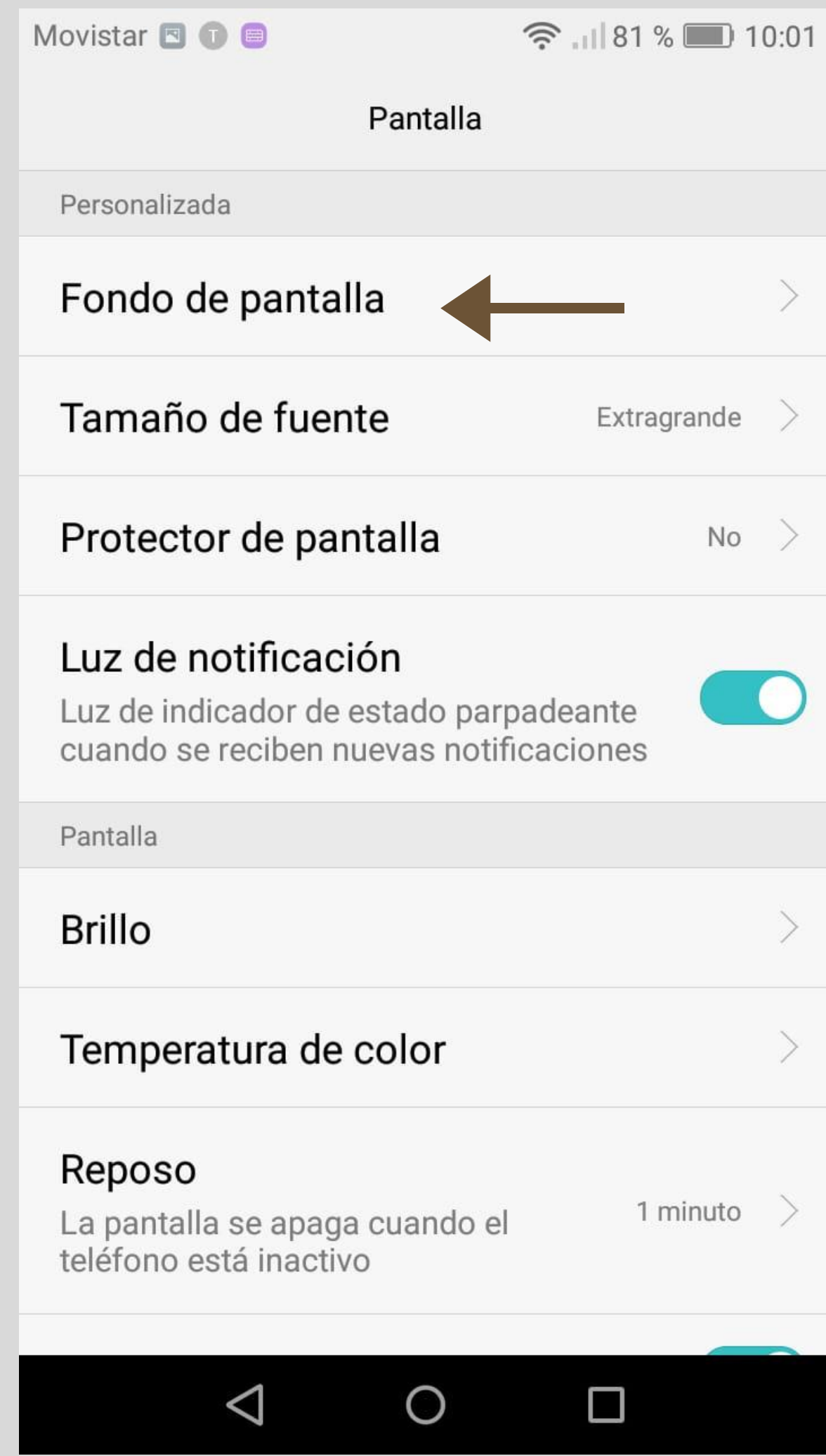


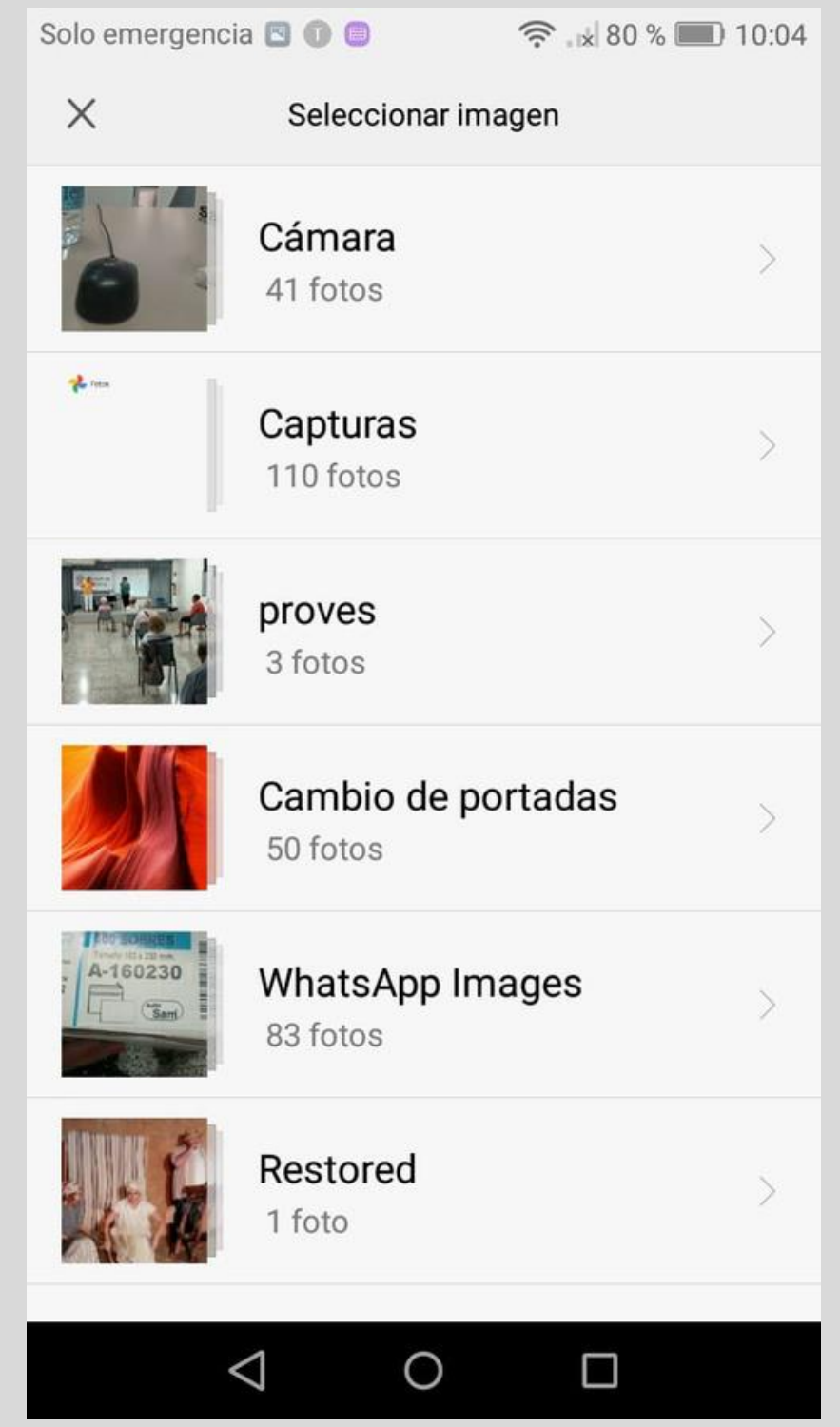
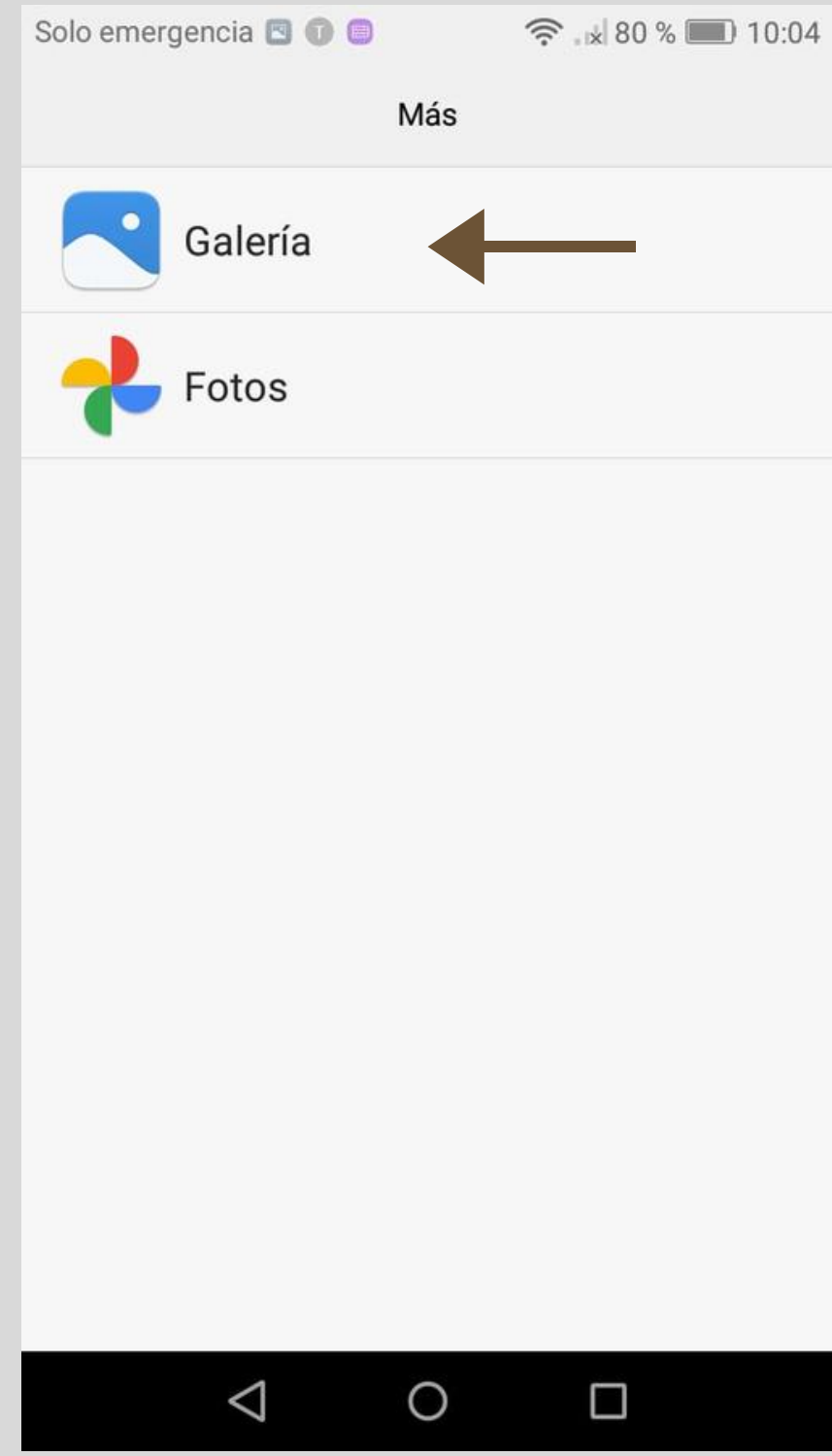
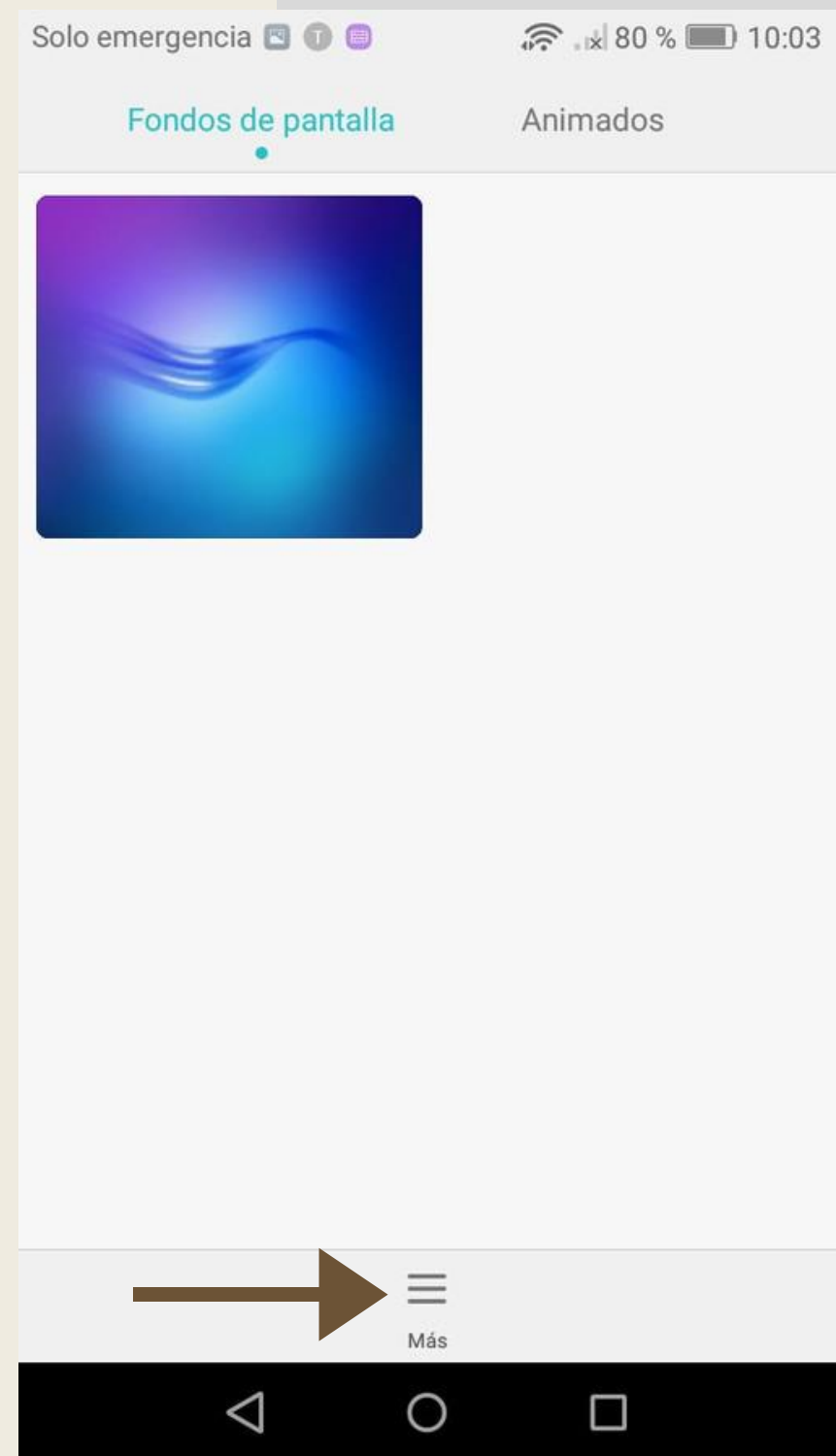
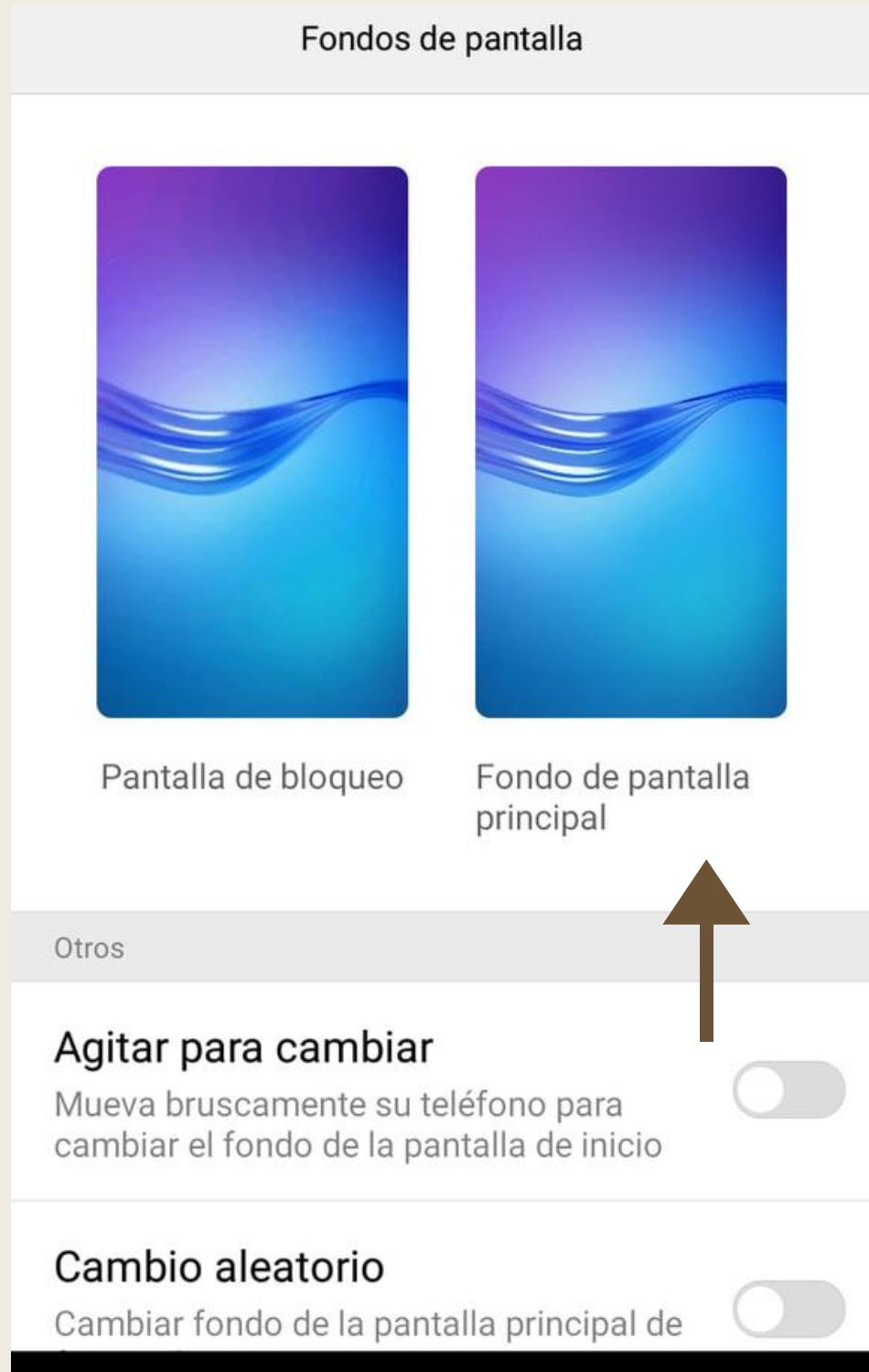


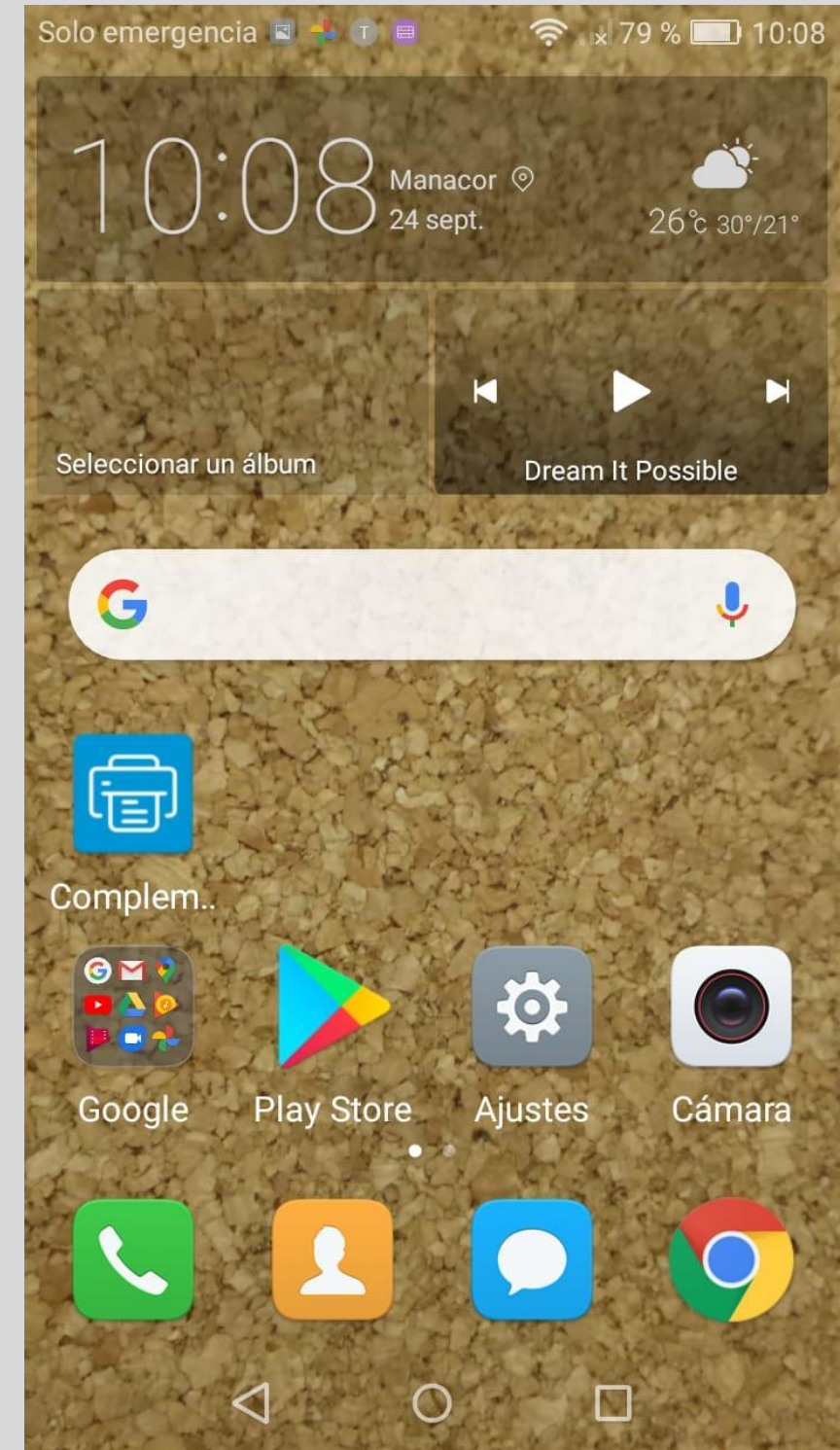
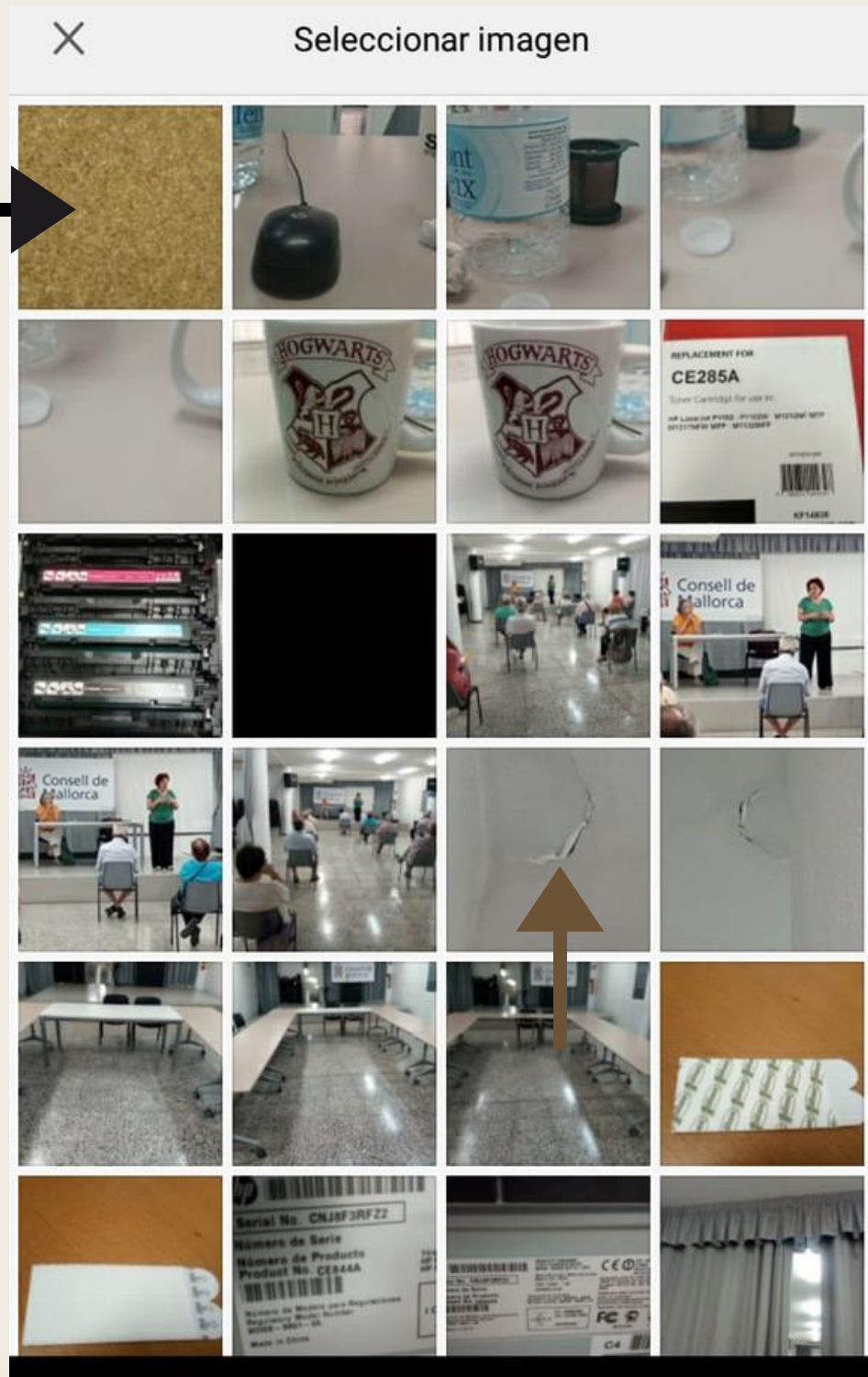
## *CANVIAR EL FONTS DE LA PANTALLA*

**Com:** des de l'aplicació **Ajustaments.**

Ajustaments-Pantalla-Fons de pantalla-Fons de pantalla principal -Més-Galeria o fotos. Triam una carpeta, en seleccionam la foto i acceptam l'acció.







# APLICACIONES PRÁCTICAS INCORPORADAS



**On:** depèn del telèfon, però solen estar situades a la pantalla d'inici o al menú ràpid.

- Calculadora*
- Llanterna*
- Meteorologia*
- Brúixola*
- Bloc de notes*

Són de fàcils d'usar. Només cal clicar-hi a damunt perquè s'activin i desactivin.

No tots els mòbils tenen les mateixes eines, tot i que algunes són comunes, com la calculadora o la llanterna.





## *AGENDA*

**Per a què serveix:** per guardar-hi qualsevol esdeveniment que tinguem: cites del metge, reunions familiars, dates importants, avisos, etc.



## Crear un esdeveniment

**Com:** seleccionam el dia clicant-hi a damunt. S'obrirà una finestra per crear la cita i posam la informació següent: títol, hora, alarma d'avís...

Guardam per aprovar o descartar l'esdeveniment.

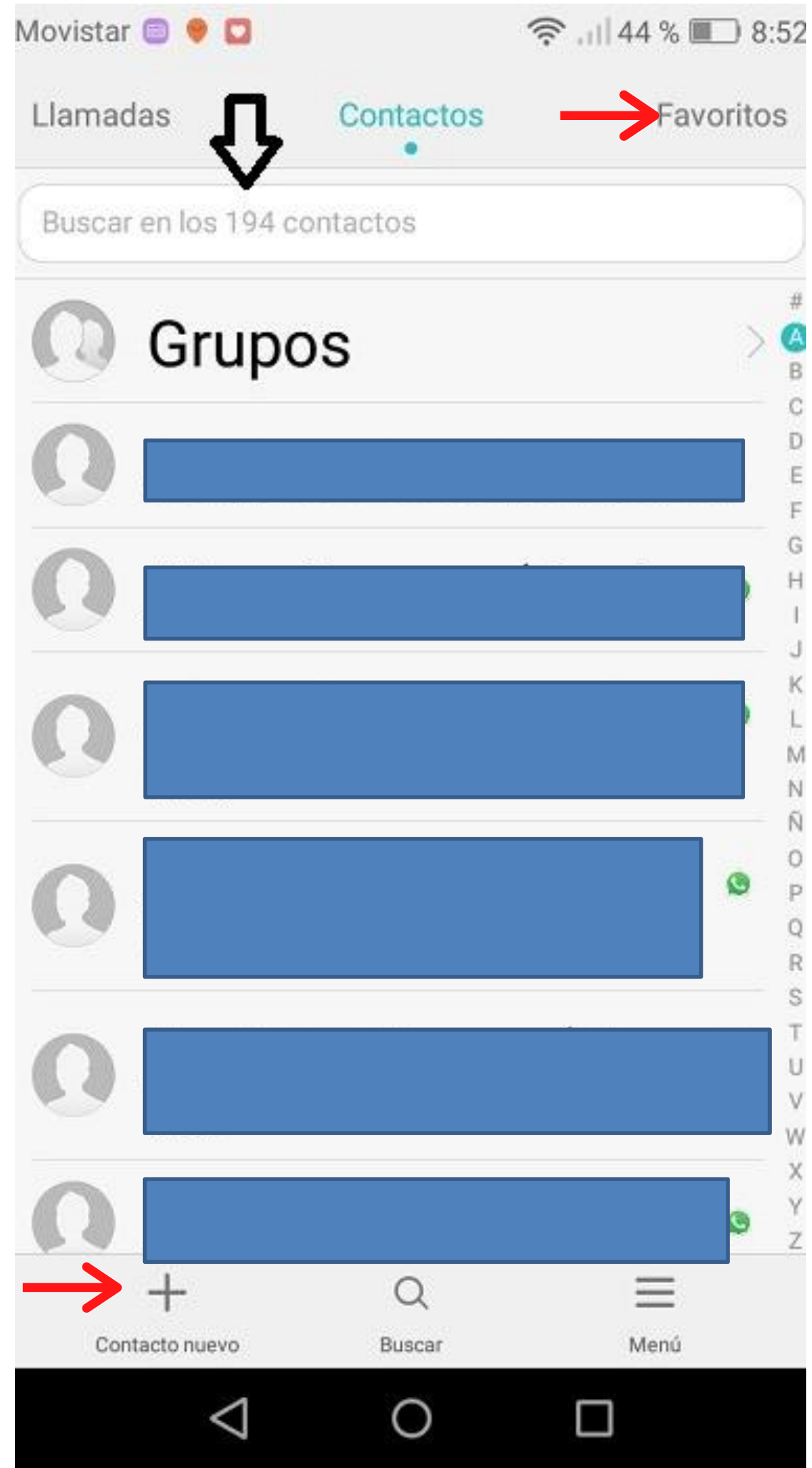




## *CONTACTES*

**Què és:** un lloc on guardam els números de telèfon.

**Com:** podem afegir i cercar contactes a través de l'aplicació del telèfon o de l'aplicació **Contactes**.

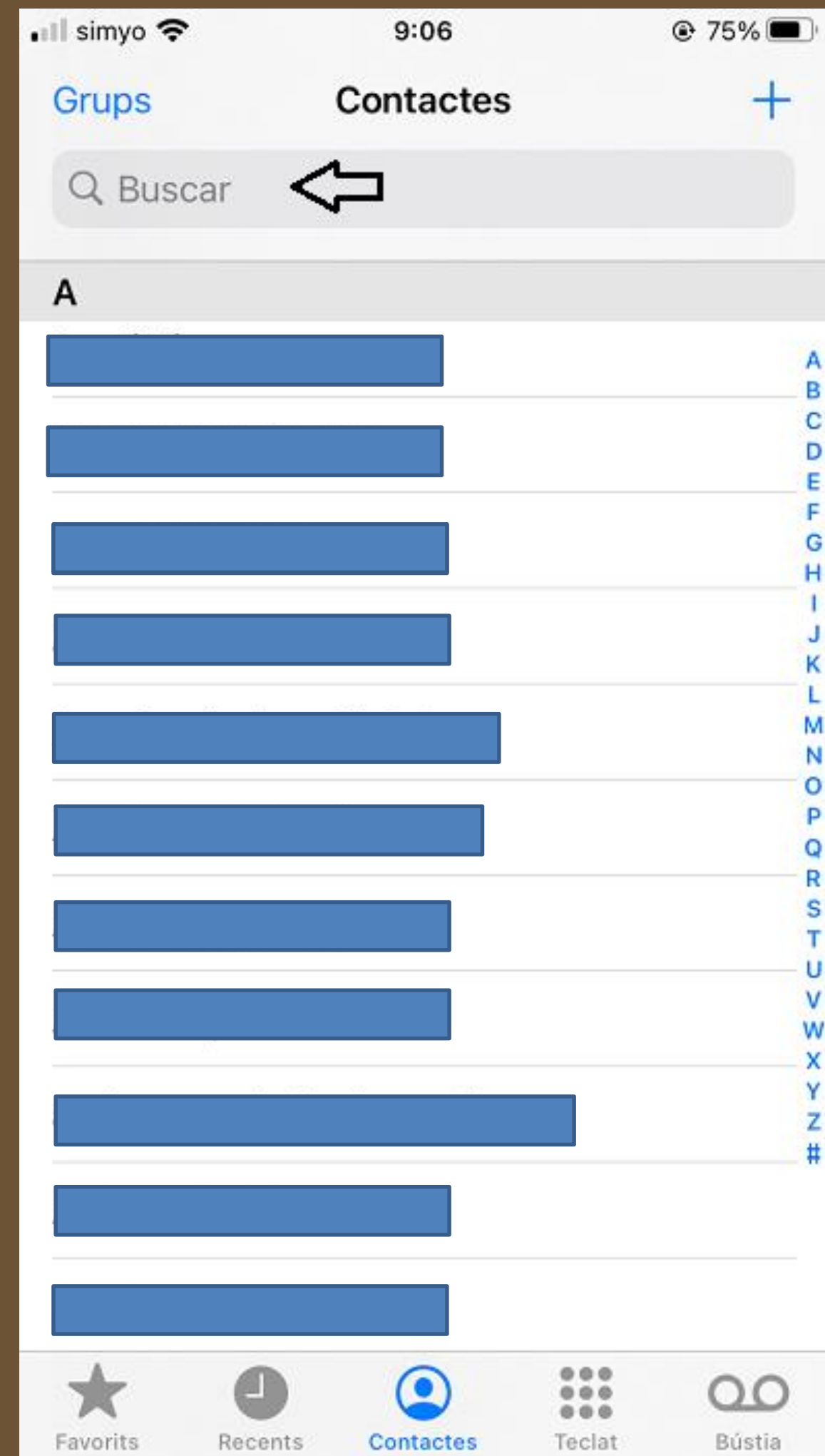


## *Cercar contactes:*

podeu cercar els contactes escrivint les primeres lletres del nom a l'espai en blanc que hi ha a la part superior de l'aplicació.

Moltes vegades hi ha una lupa, depèn del telèfon.


Basta que introduïu les primeres lletres del nom o del llinatge.



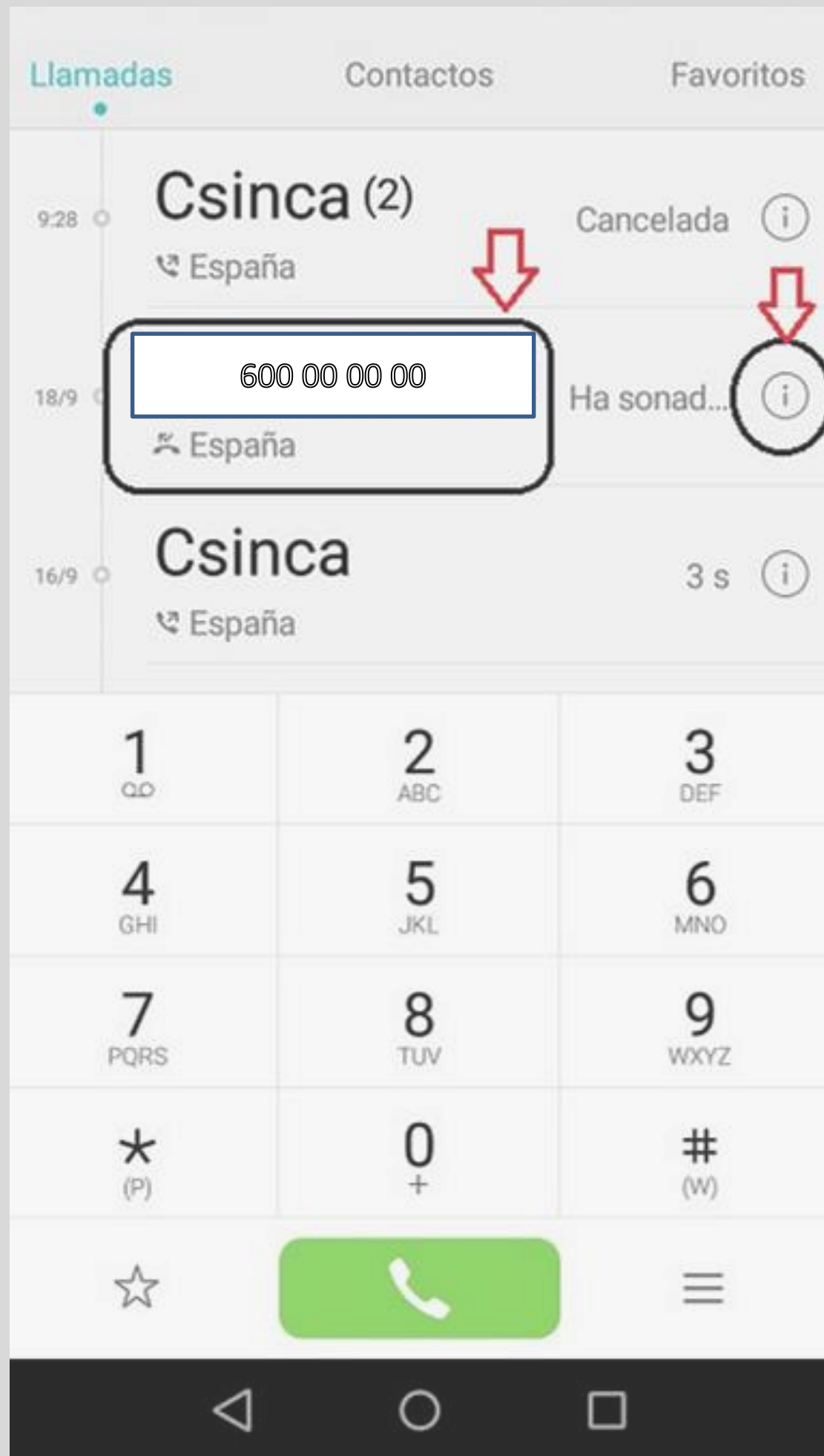


## *Crear un contacte nou:*


per crear un contacte nou anam a **+ Contacte nou** i hi afegim les dades següents: nom i llinatges, número de telèfon...


Per guardar-lo anam a **Fet** o al símbol 

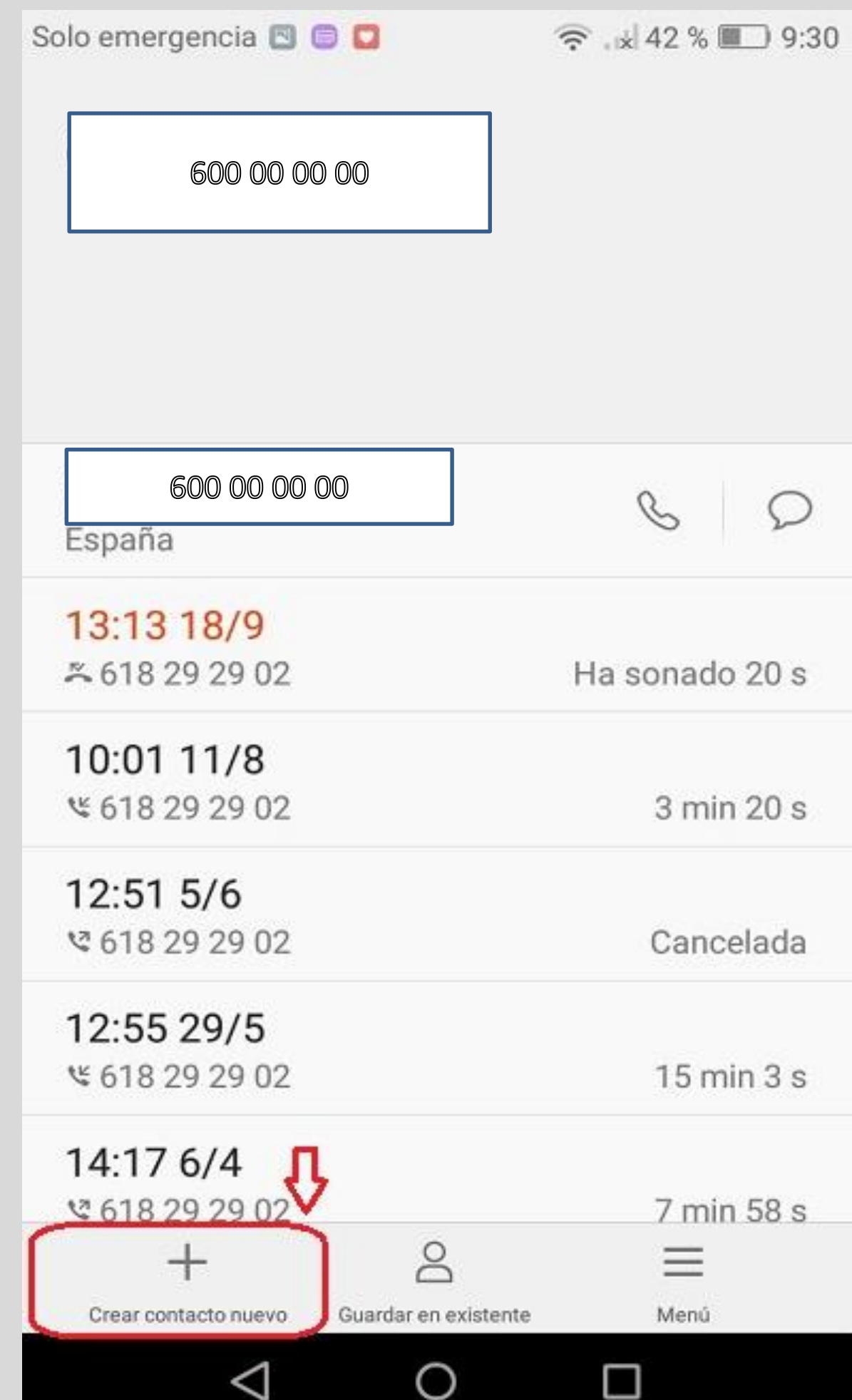




## *-Guardar un número que ens ha telefonat:*

primer de tot anam a les telefonades recents i clicam sobre el símbol  que hi ha a la dreta del número que volem guardar (**avís**: si clicau a damunt el número s'iniciarà una telefonada).

A baix hi ha **+ Crear contacte nou**, on podeu guardar el nom i llinatges. Després guardam les dades clicant damunt **Fet** o al símbol .





## *CÀMERA DE FOTOS I VÍDEO*

La càmera del mòbil és molt senzilla d'utilitzar. Permet fotografiar, editar les fotos i també fer vídeos. Podeu fer fotos des del mòbil i des de l'aplicació Whatsapp.

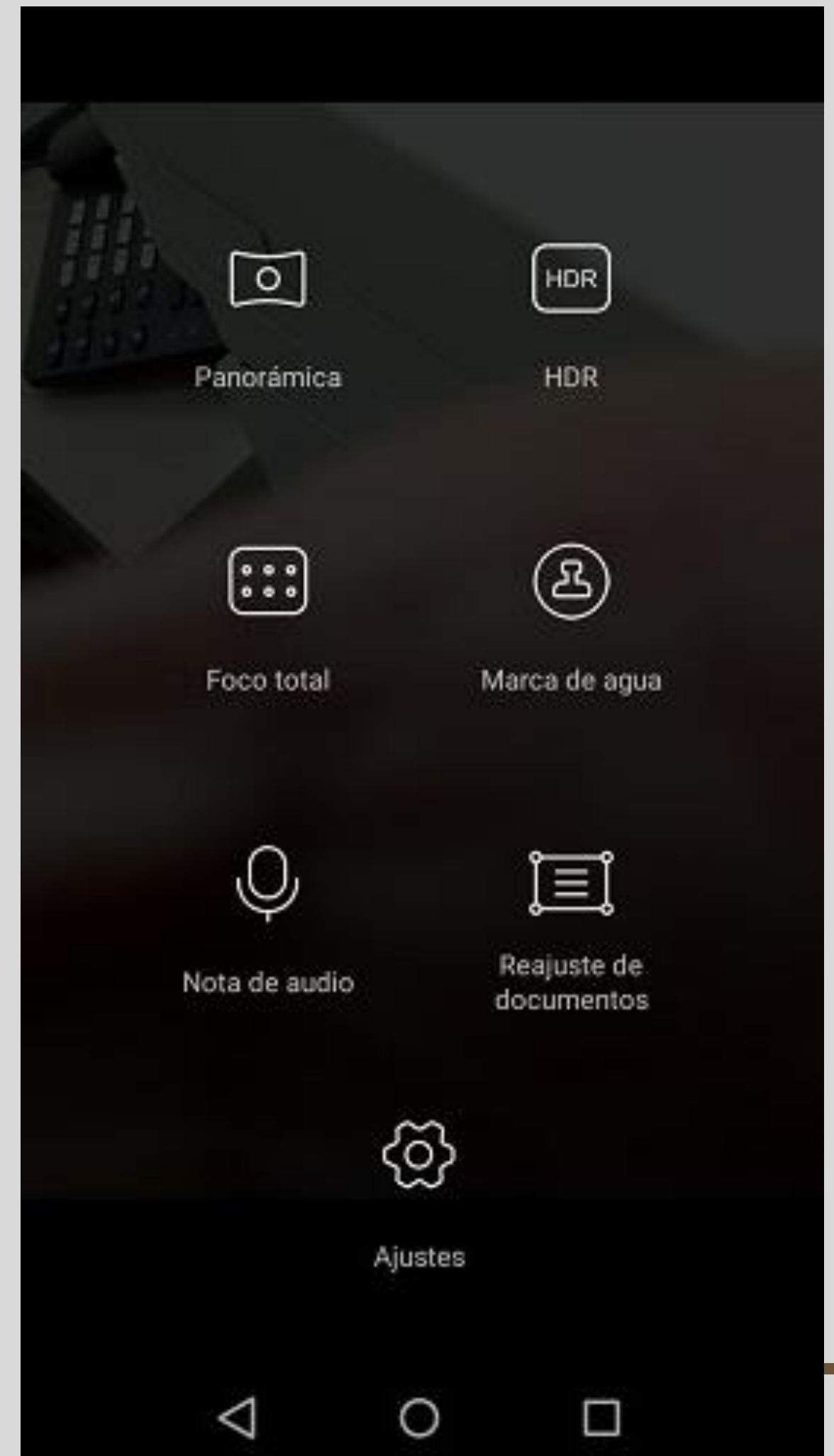


**Com:** enquadrarem l'objecte a fotografiar i pitjarem el botó central que està situat a la part inferior de la pantalla.

Si pitjarem al centre de la pantalla podrem ajustar la llum i l'enfocament.

A la part inferior hi trobam opcions per posar filtres a les fotos; blanc i negre, filtres artístics...

Totes les fotografies es guarden a la Galeria del vostre telèfon.





## -Càmera de vídeo

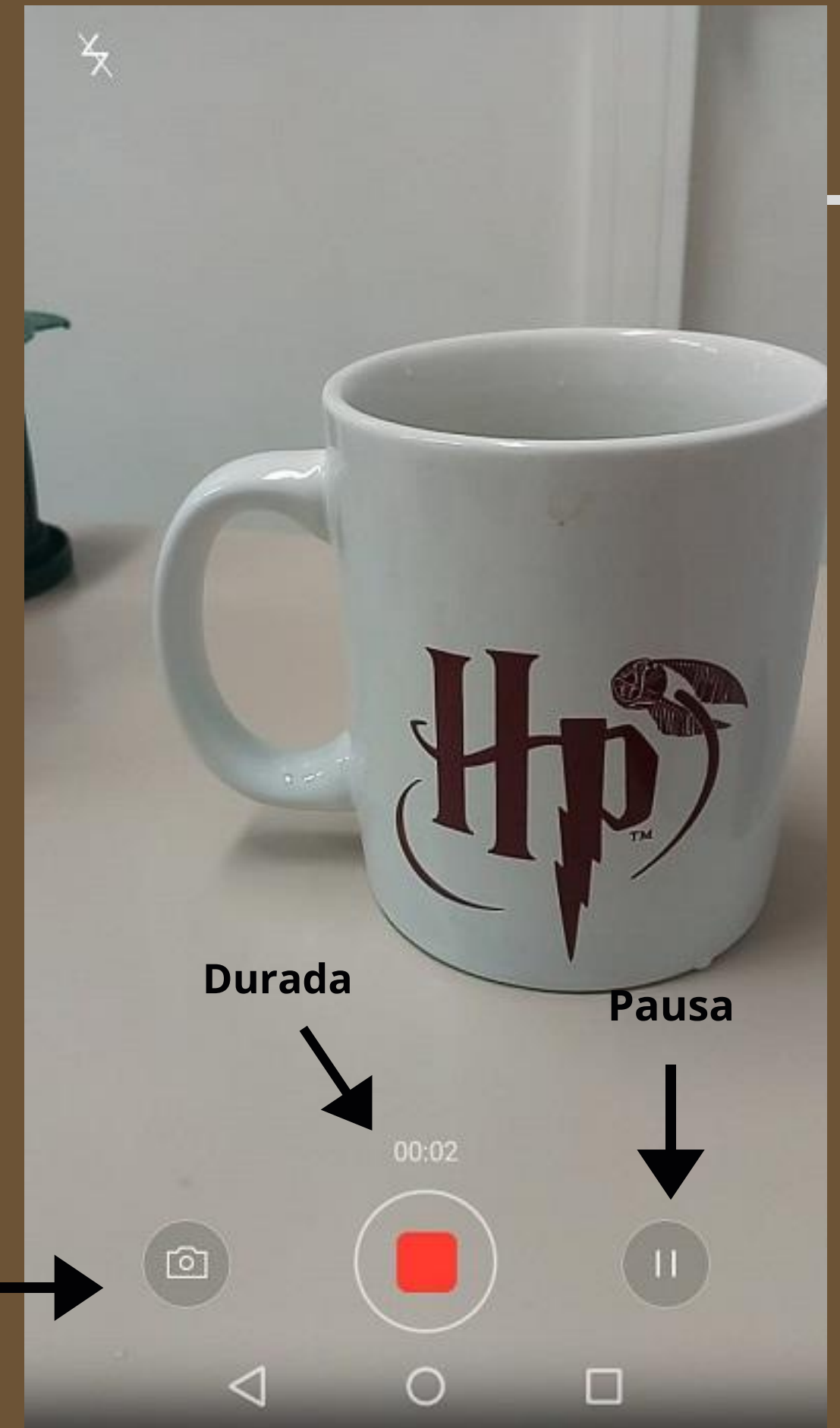
**Com:** fer un vídeo és molt senzill. Només hem de clicar damunt el botó vermell de la part inferior. Per aturar-lo, el tornam a clicar.

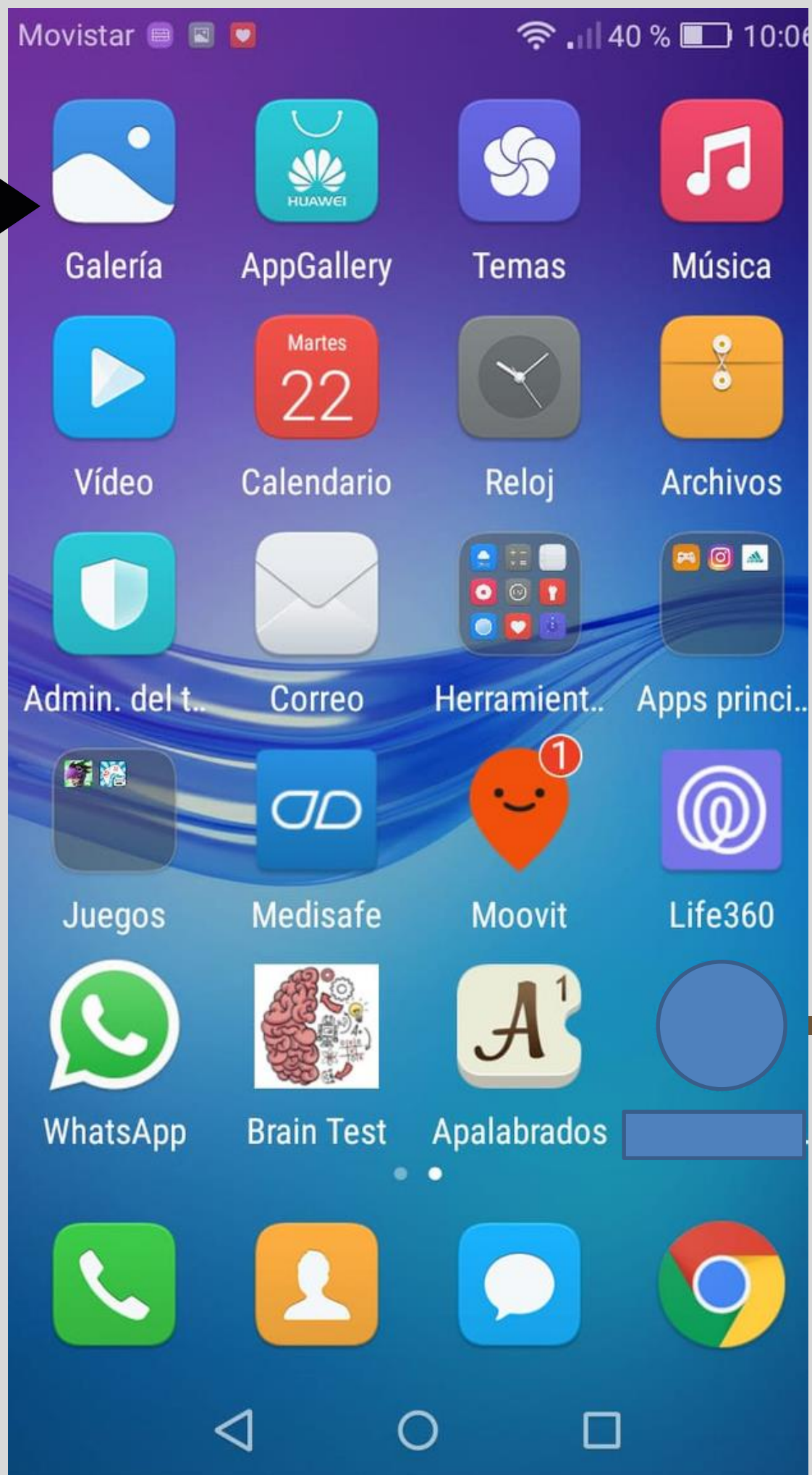
Podem pausar l'enregistrament, per seguir amb el vídeo que fèiem o tornar al botó vermell i fer-ne un de nou.

Per enfocar només heu de clicar al centre de la pantalla.

Tots els vídeos es guarden a la **Galeria** del vostre telèfon.

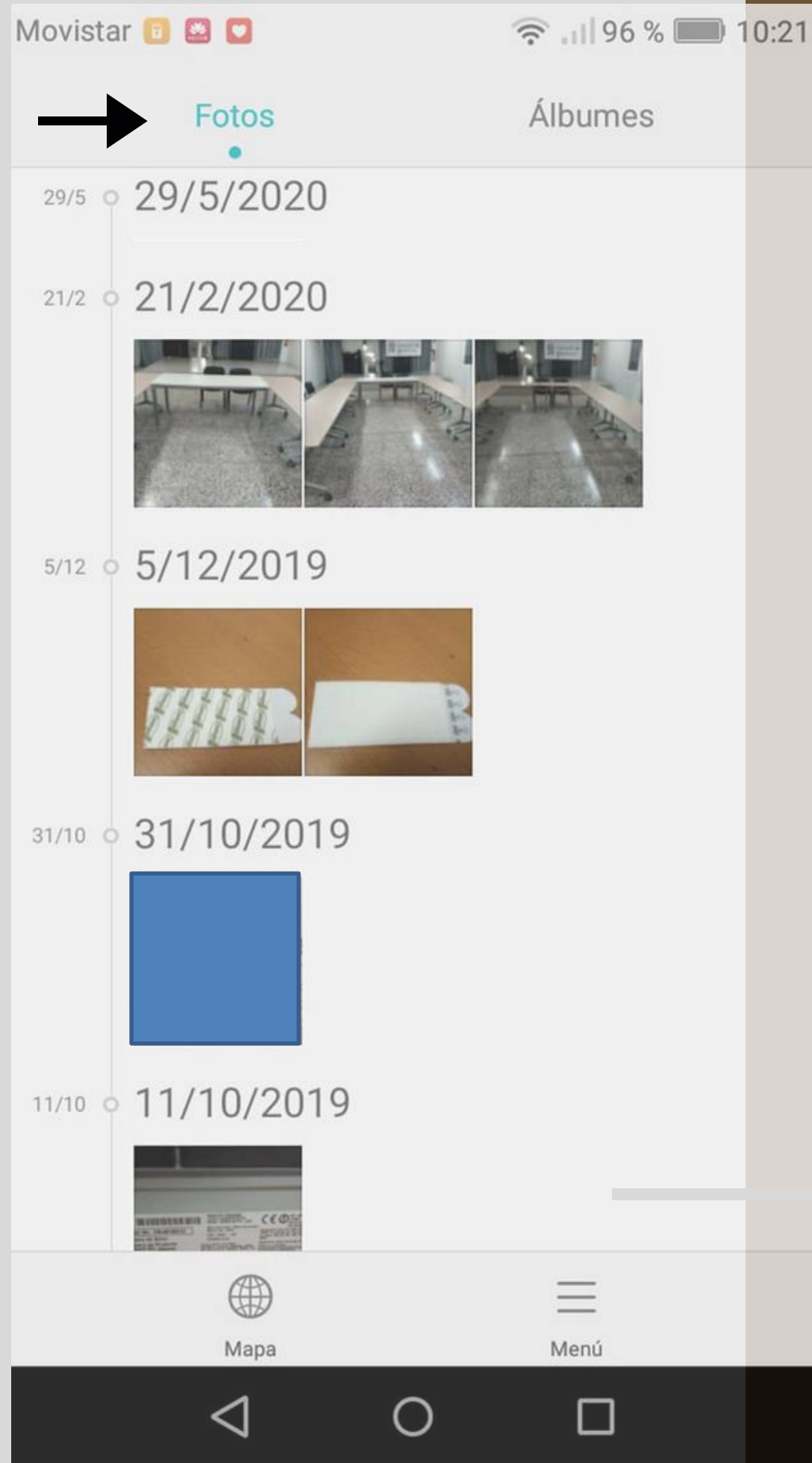
**També podem fotografiar les imatges que enregistram.**





## *GALERIA FOTOGRAFICA*

**Què és:** una aplicació on es guarden totes les fotografies i els vídeos que realitzam i que ens envien. Es guarden per carpetes, automàticament, però nosaltres també en podem crear i fer classificacions.



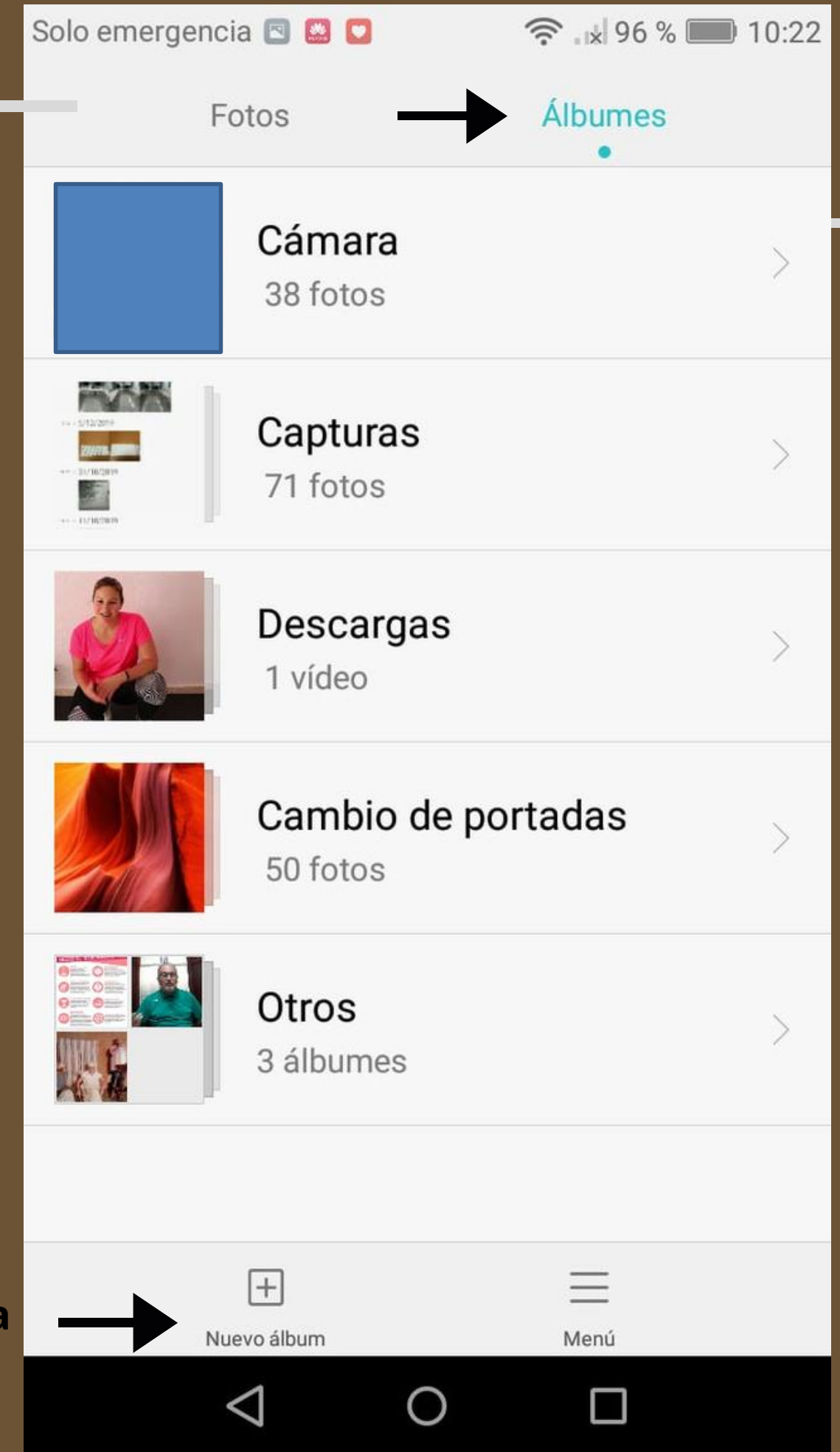
## Fotos

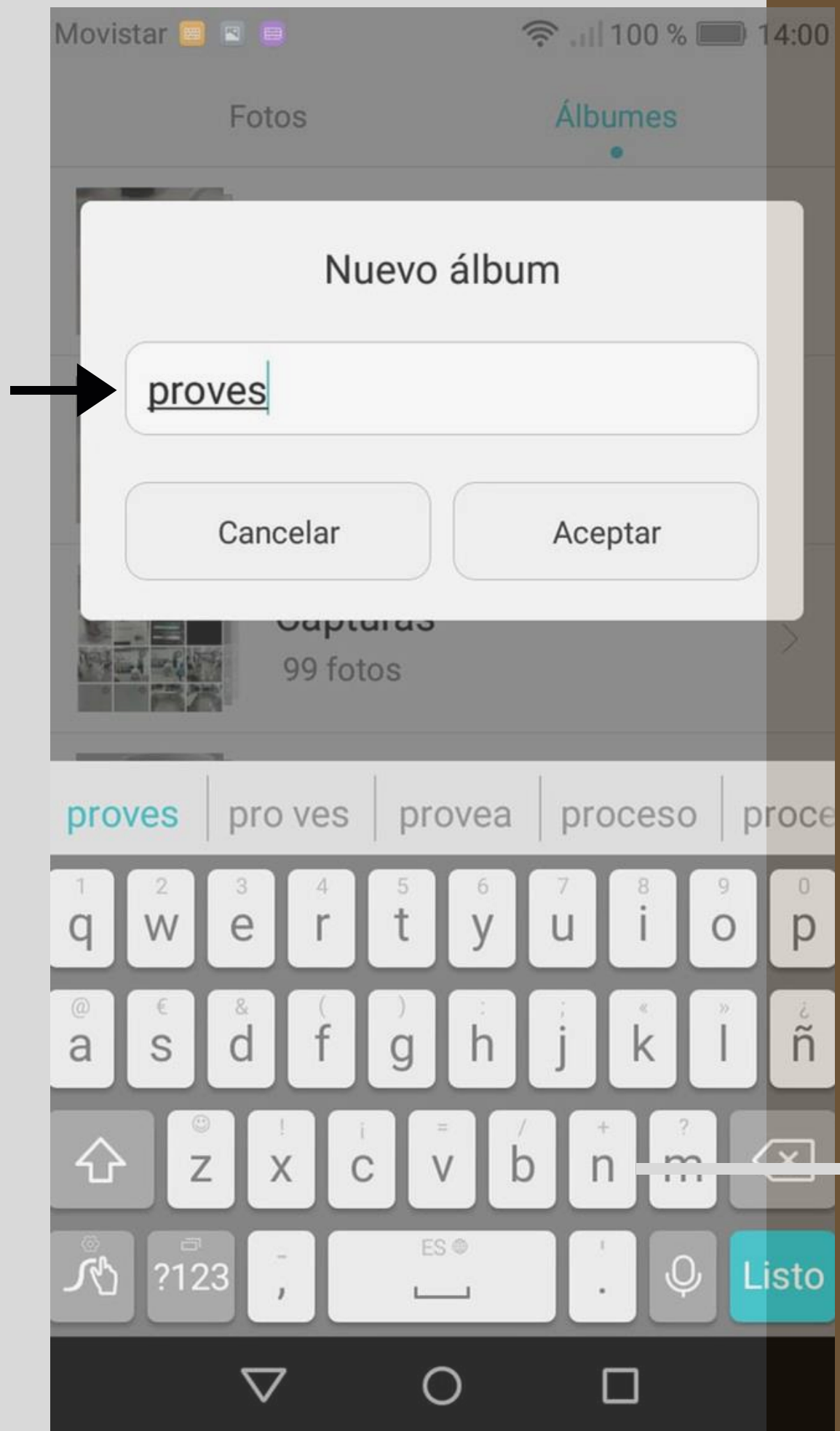
Les fotos s'ordenen segons el dia en què s'han fet.

## Àlbums

Les fotos es classifiquen per carpetes o àlbums.  
Per fer una carpeta nova hem d'anar a **Nou àlbum**.

Crear un àlbum o carpeta nova

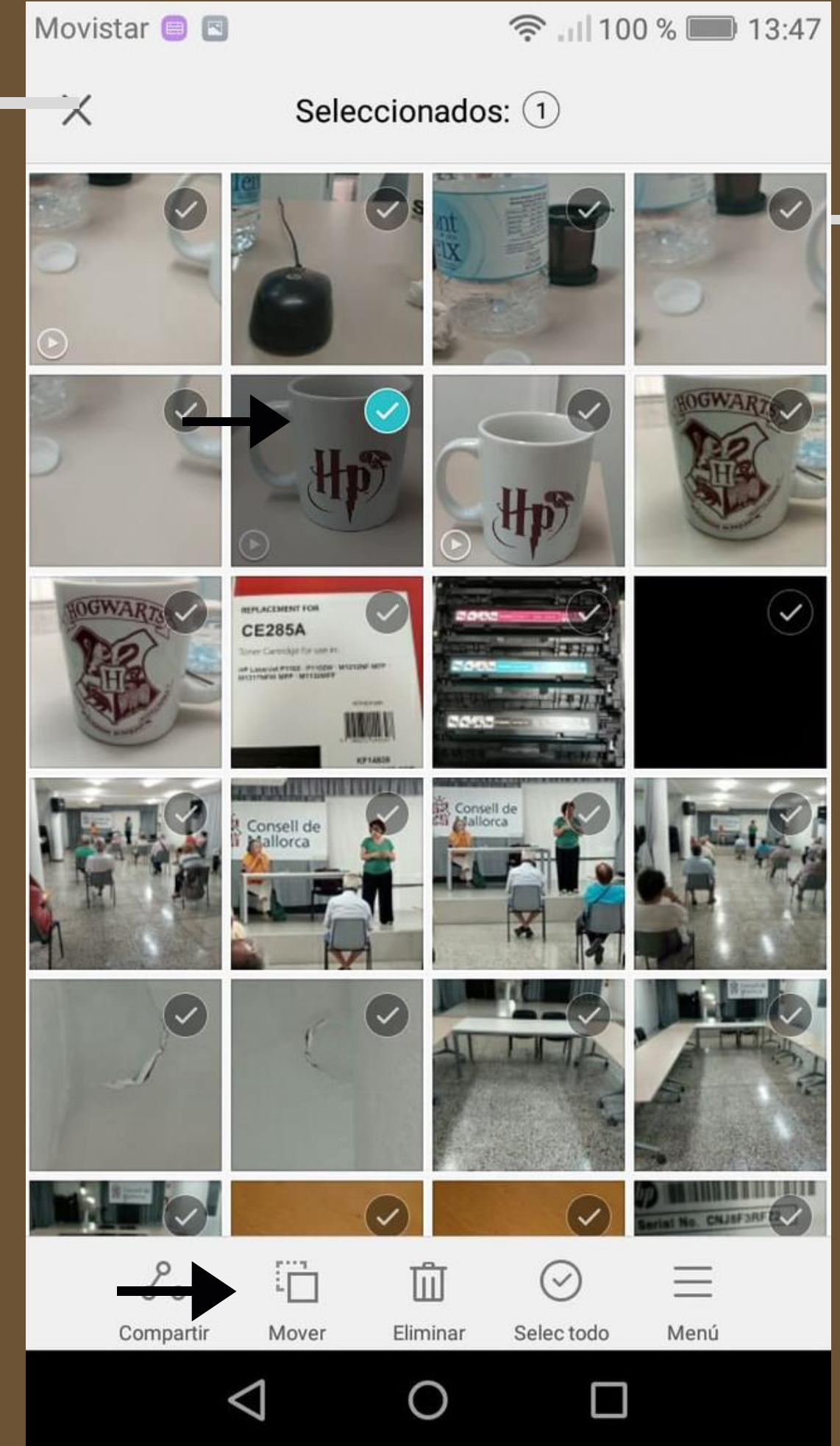


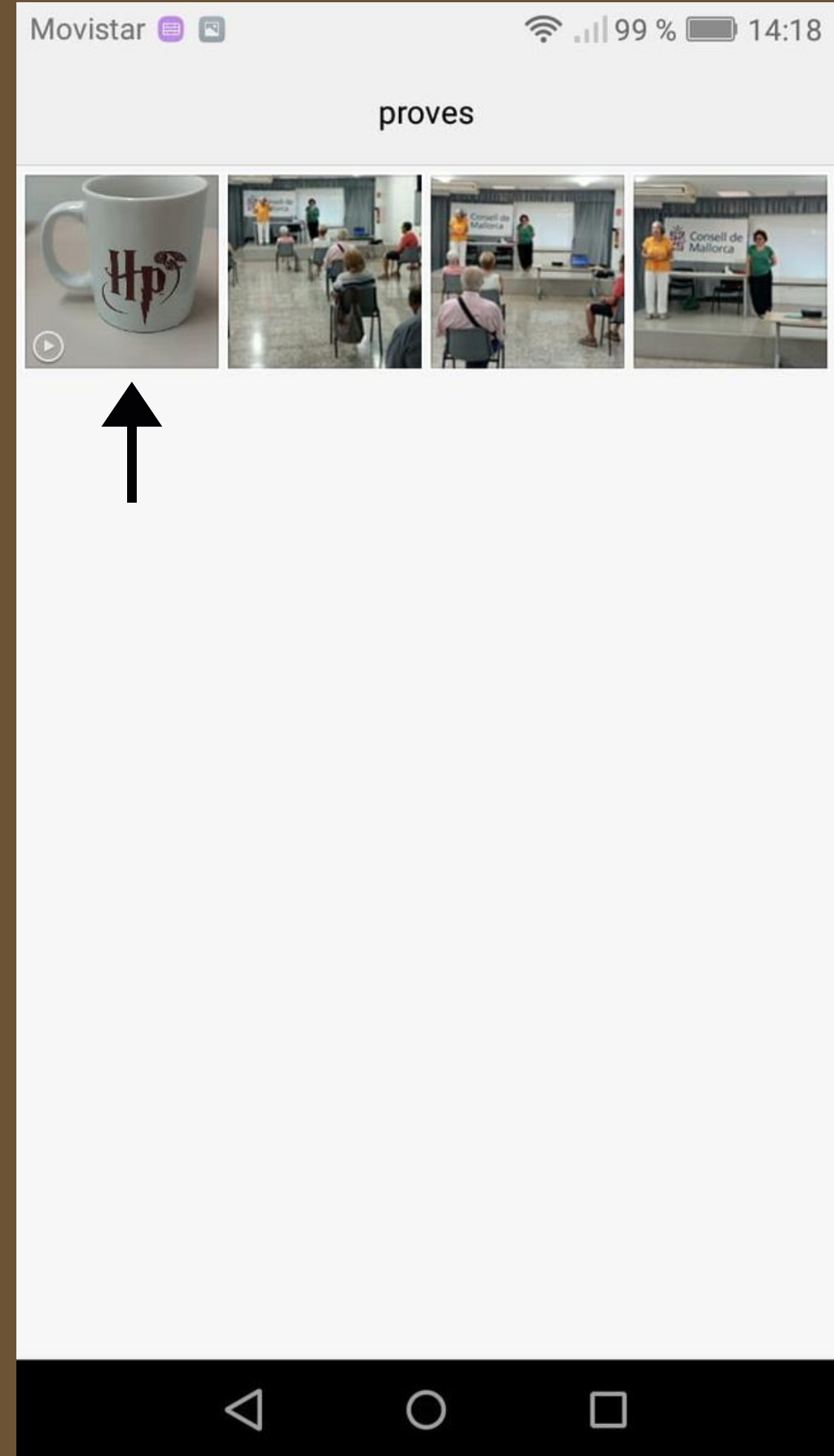
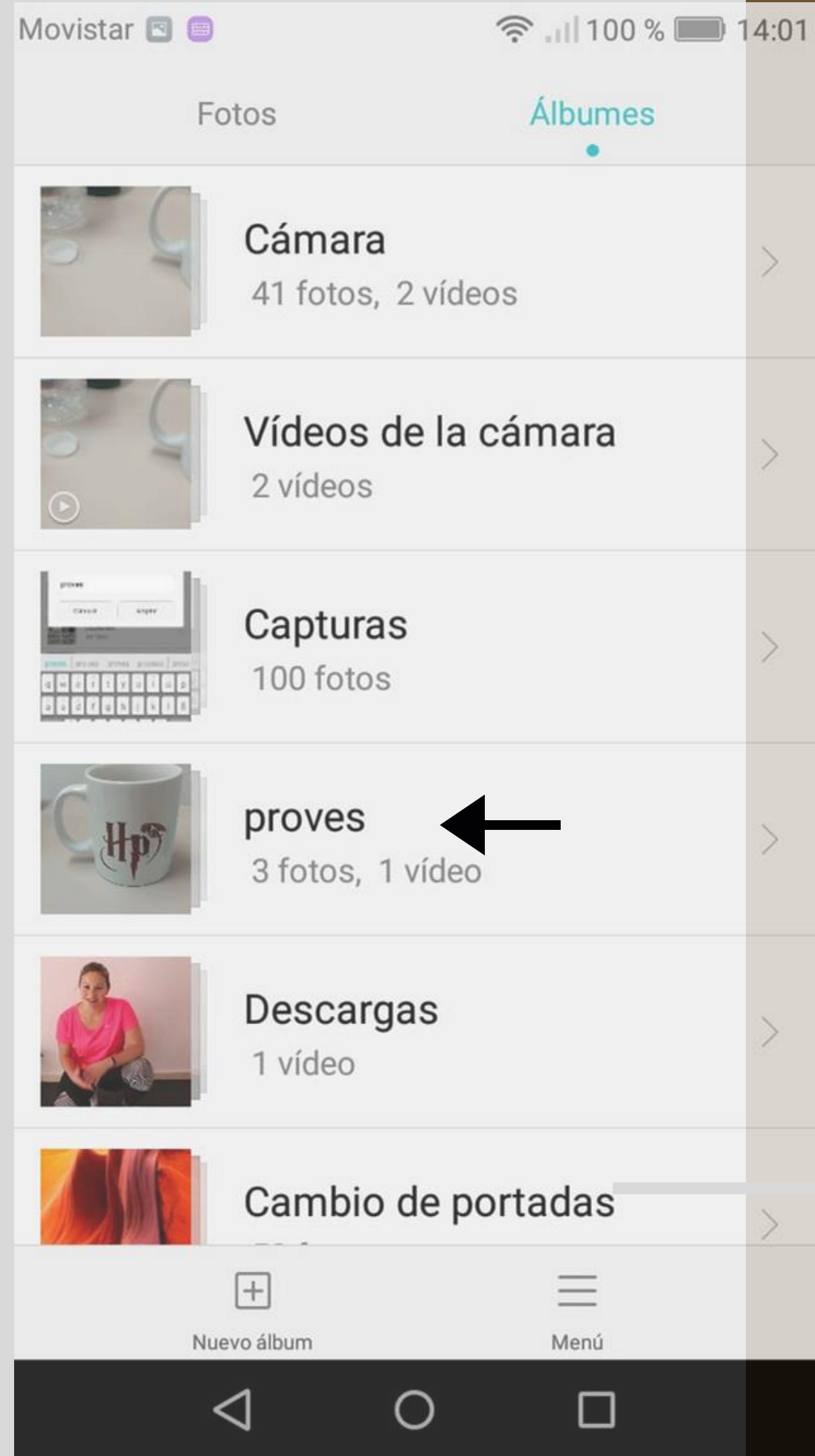


Posam el títol de l'àlbum. En aquest cas li hem posat el nom de **Proves**.

Anam a les fotos i seleccionam les que volem posar a la carpeta que hem creat (en podem seleccionar més d'una) després anam al botó **Moure**, que està a la part inferior de la pantalla i triam la carpeta **Proves**.

Es mouen automàticament a la carpeta.







---

## *PLAY STORE*

**Què és:** una botiga on podem trobar i descarregar les aplicacions que volem: diaris, esports, salut, jocs, llibres, entreteniment... Moltes són gratuïtes, però també n'hi ha de pagament.

---

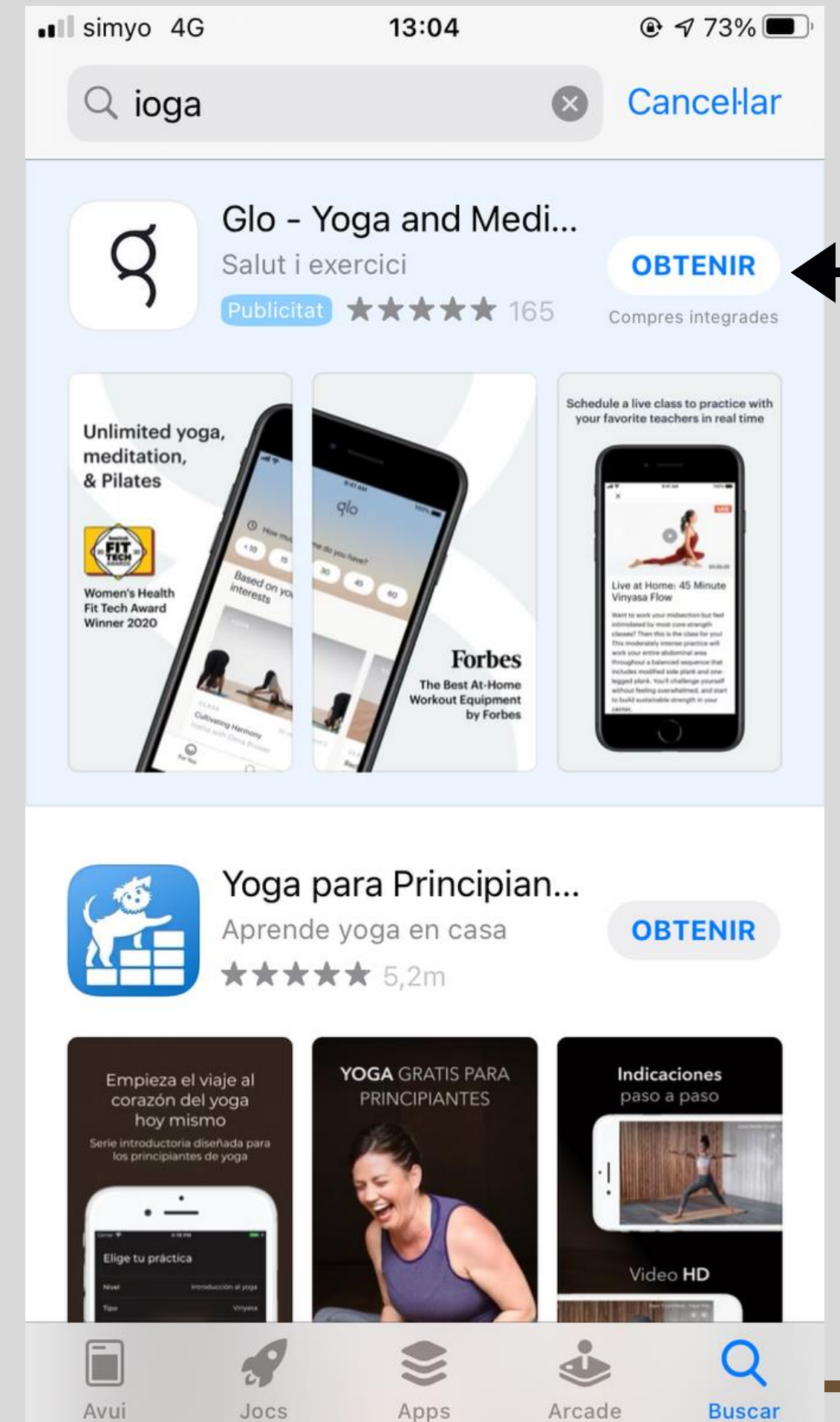


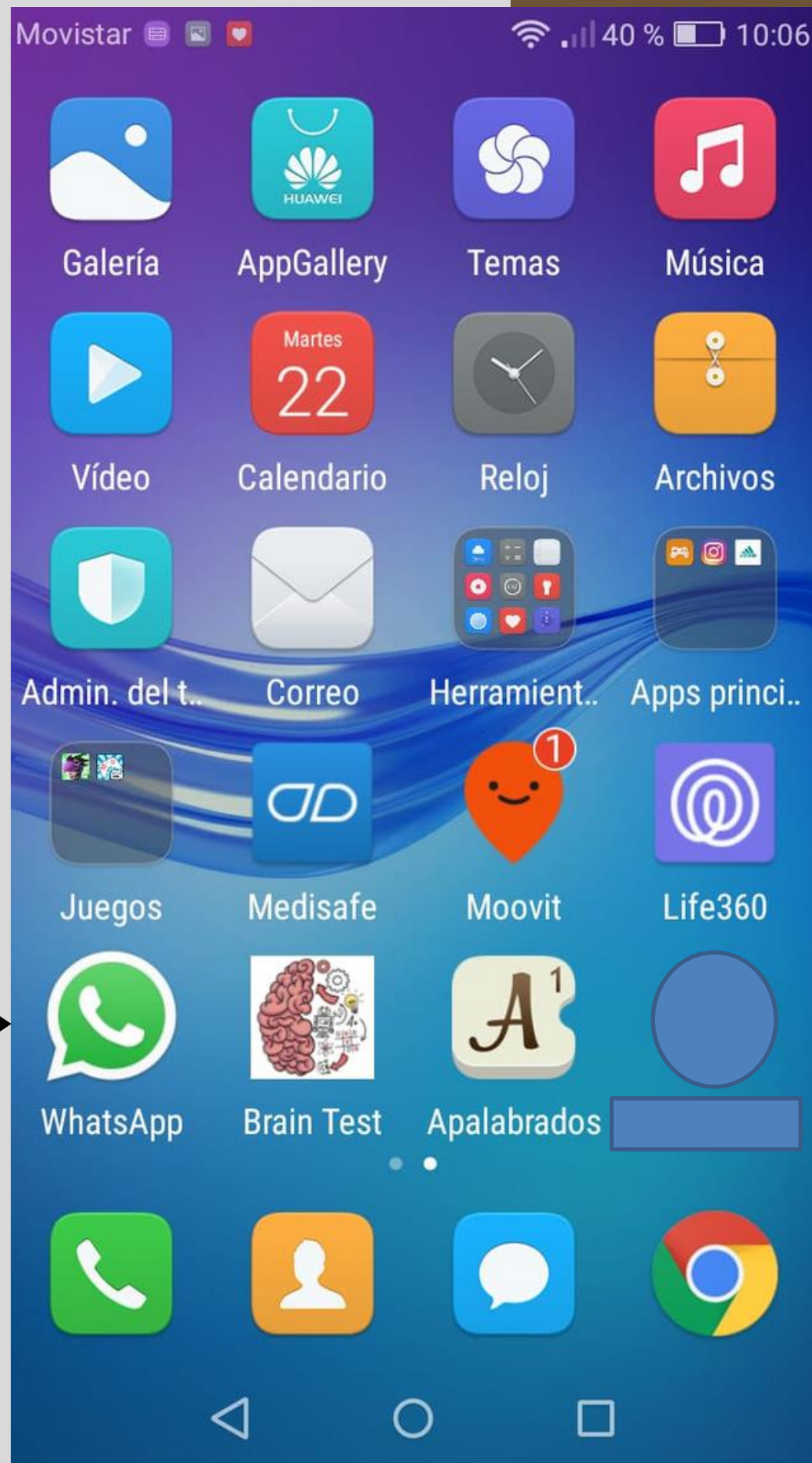
# Descarregar aplicaciones

**Com:** posam el nom del tema a cercar, o de l'aplicació, si el sabem, en el cercador. Pitjam a **Obtenir** per descarregar-la.

Si és una aplicació de pagament ens demanarà un número de targeta de crèdit.

L'aplicació que descarregam s'instal·la automàticament a la pantalla d'inici.



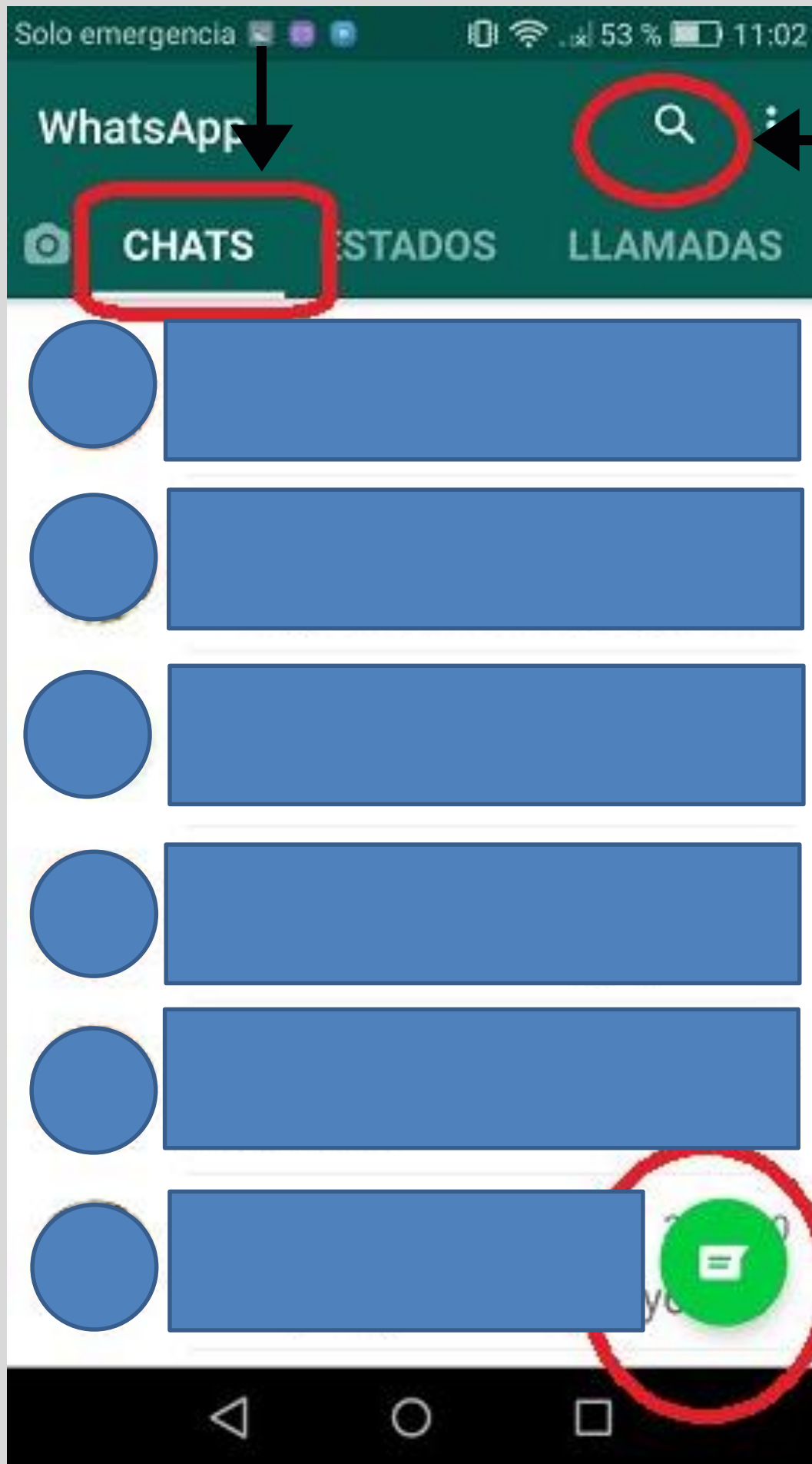


# WHATSAPP

**Què és:** una aplicació que ens permet comunicar-nos amb els nostres contactes de manera molt complete. Es poden compartir missatges, crear grups, fer fotos i vídeos, adjuntar arxius, telefonar i realitzar vídeoconferències, entre altres accions.



# WHATSAPP



Per cercar els contactes amb qui ja has xatejat per Whatsapp

Per cercar els contactes amb qui no has contactat mai per Whatsapp

**Com:** el whatsapp ens comunica amb la gent que tenim guardada, prèviament, a **Contactes** del nostre telèfon (diapositives 25-27).

Per iniciar un xat podem cercar els contactes a través del full de paper (la primera vegada) o de la lupa. La llista de xats ens els mostra per ordre d'execució.

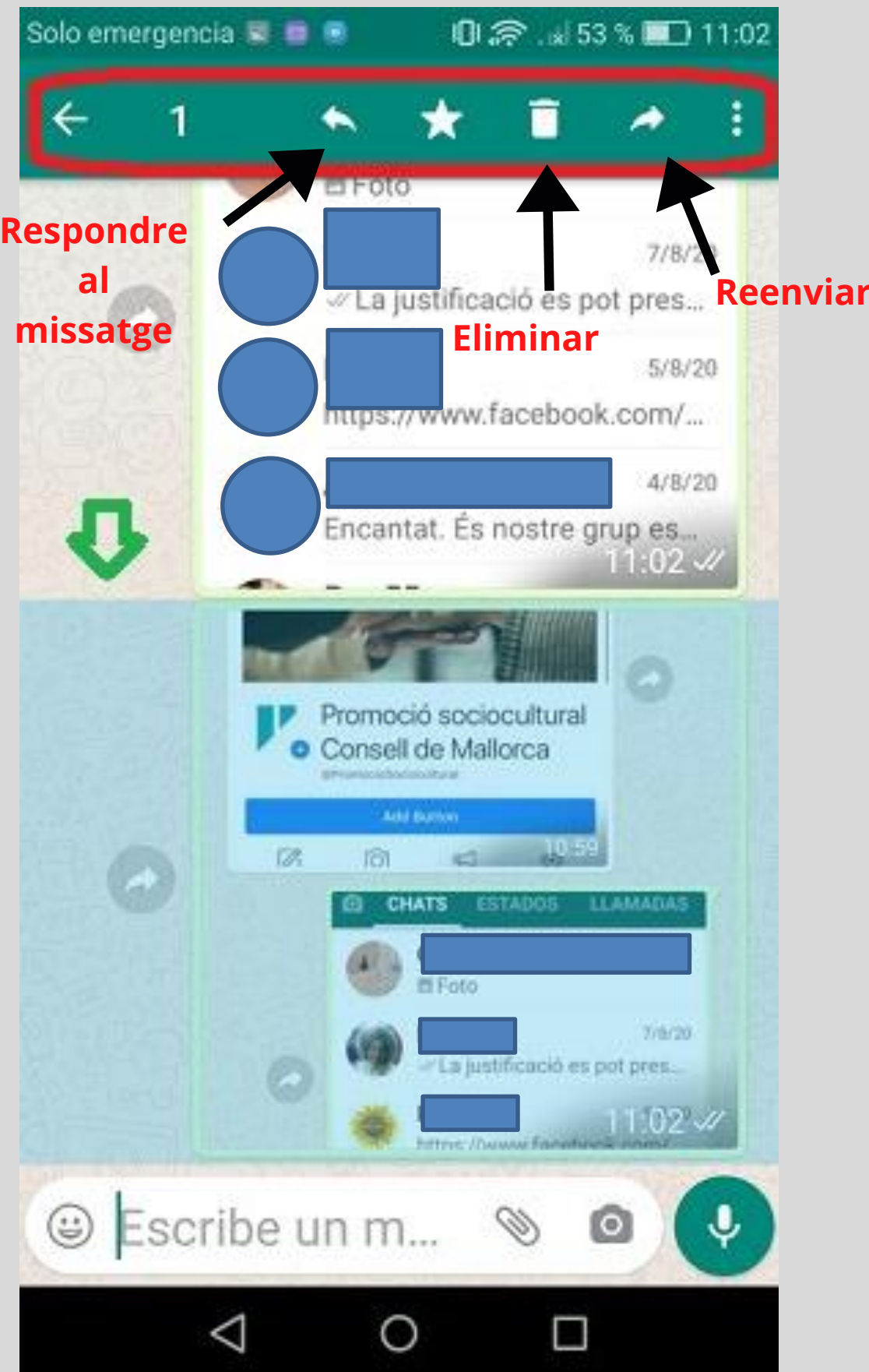
# compartir i reenviar missatges



**Com:** seleccionam els missatges (també poden ser fotos, vídeos, documents...) que vulguem compartir pitjant uns segons a damunt.

A la part superior de la pantalla s'obriran una sèrie de botons amb diferents accions a fer amb el que hem seleccionat.

Tornar →





← Cercador

**Com:** per reenviar la selecció s'obrirà la pantalla amb la llista dels nostres xats. Cercarem la persona destinatària (o grup) i la seleccionarem. Poden ser entre 1 i 5 persones a la vegada. Tot seguit clicam a Enviar.

Si volem esborrar el missatge que hem enviat només hem d'entrar al xat on l'hem enviat, seleccionam el que s'ha d'eliminar prement uns instants i clicam a Paperera.

→ Enviar

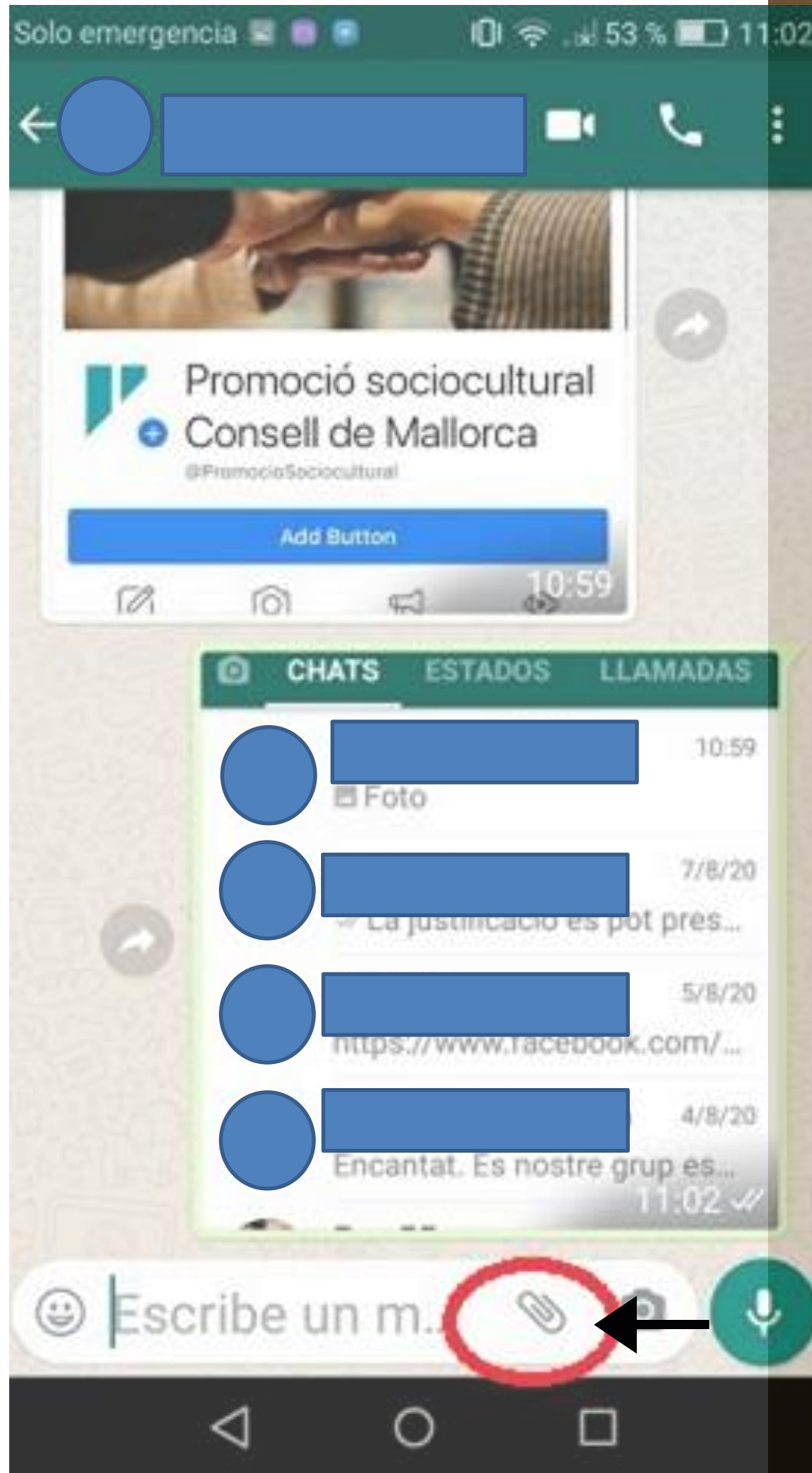
# Adjuntar

**Com:** podem enviar documents, fotos, contactes, la nostra ubicació, àudios i vídeos.

Primer, obrim el xat de la persona a qui volem enviar la informació.

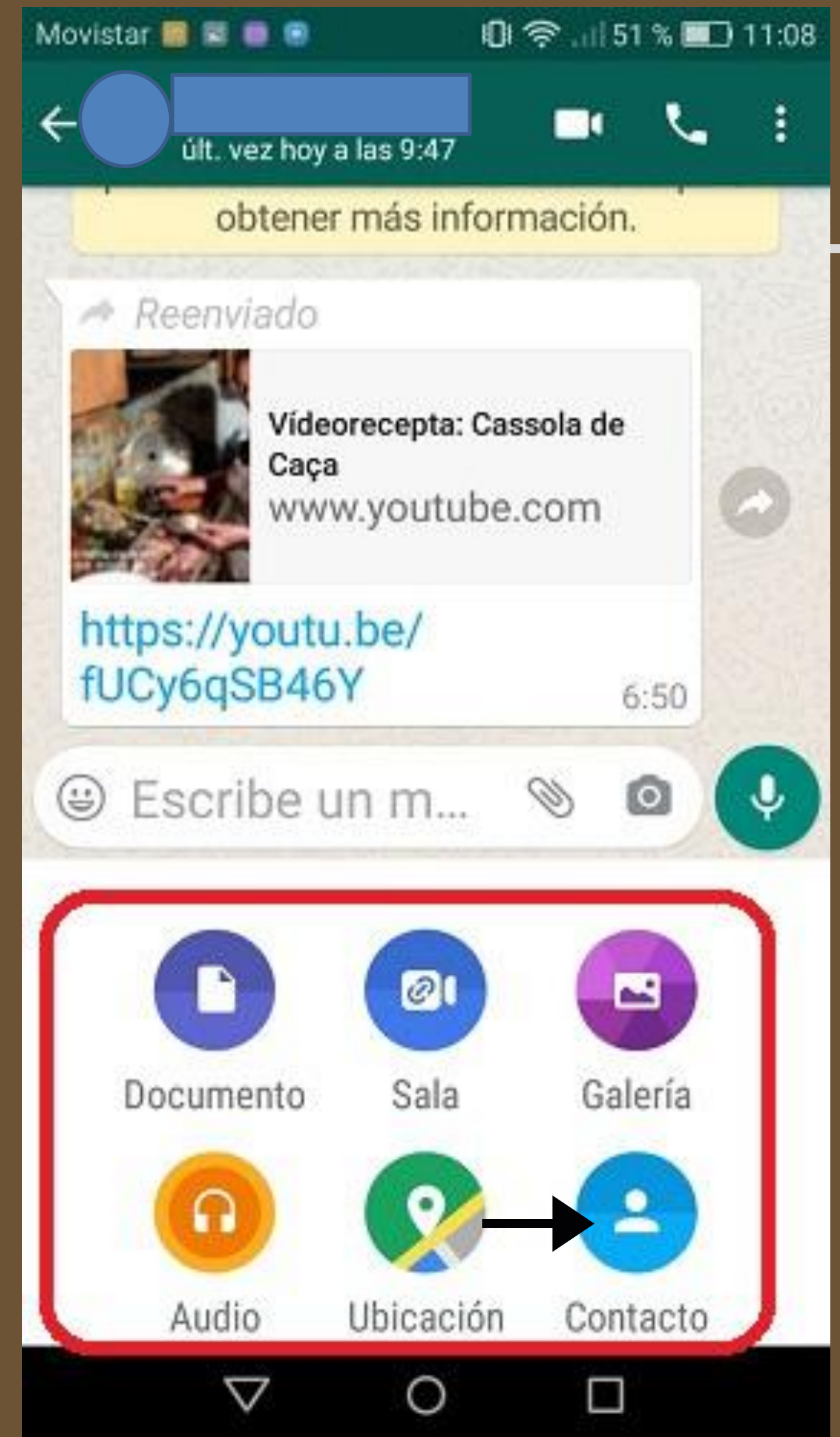
Clicam sobre el clip i s'obre un menú. Seleccionam el que volem fer i ho compartim.

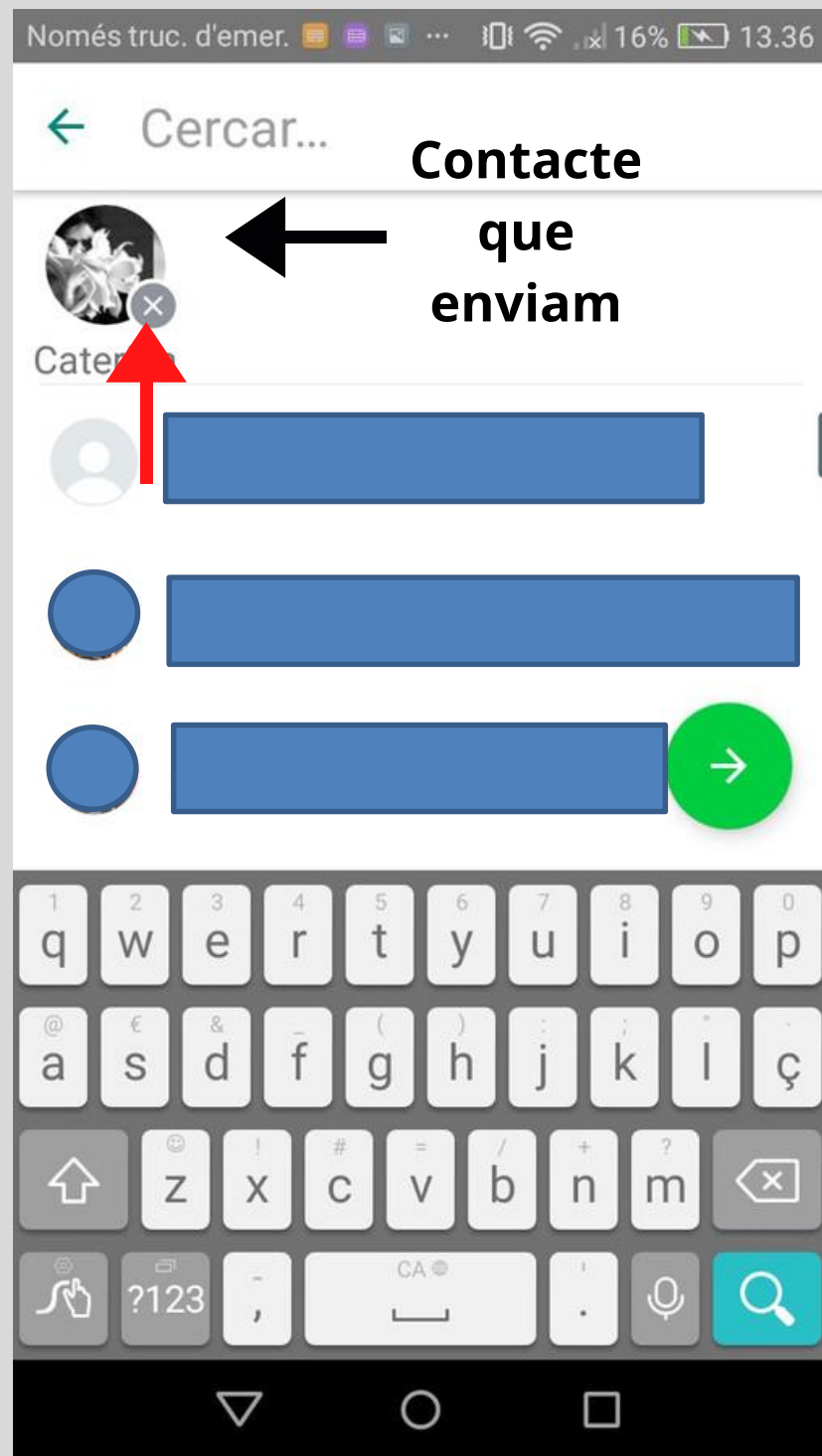
Ex: adjuntar o reenviar un contacte nostre a algú.



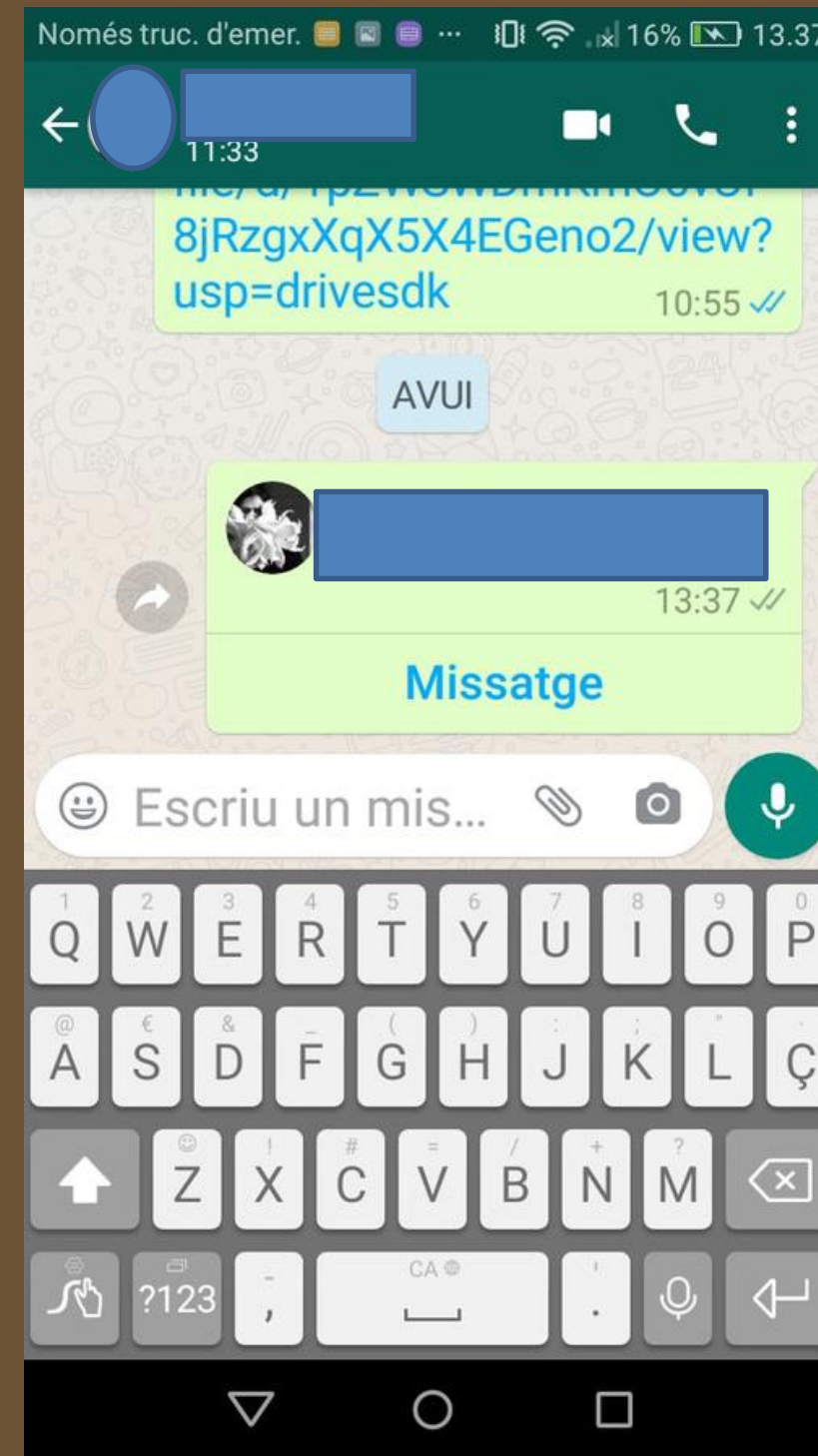
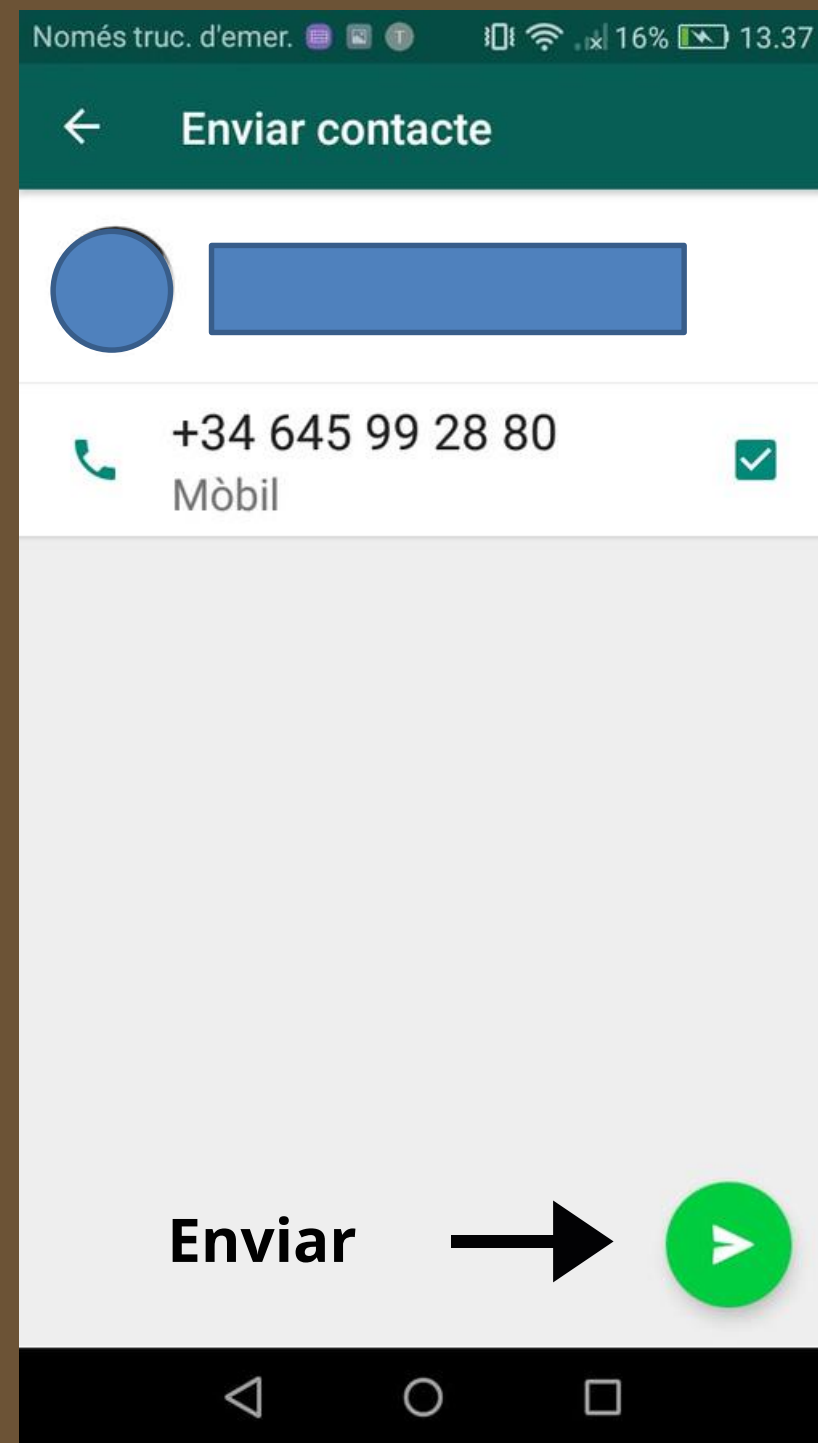
Menú →

← Adjuntar





→ Si clicam damunt la x desfeim la nostra acció.



Imatge del xat de la persona que rep el contacte.



En el cas que ens enviïn el contacte a nosaltres, només l'haurem d'afegir.

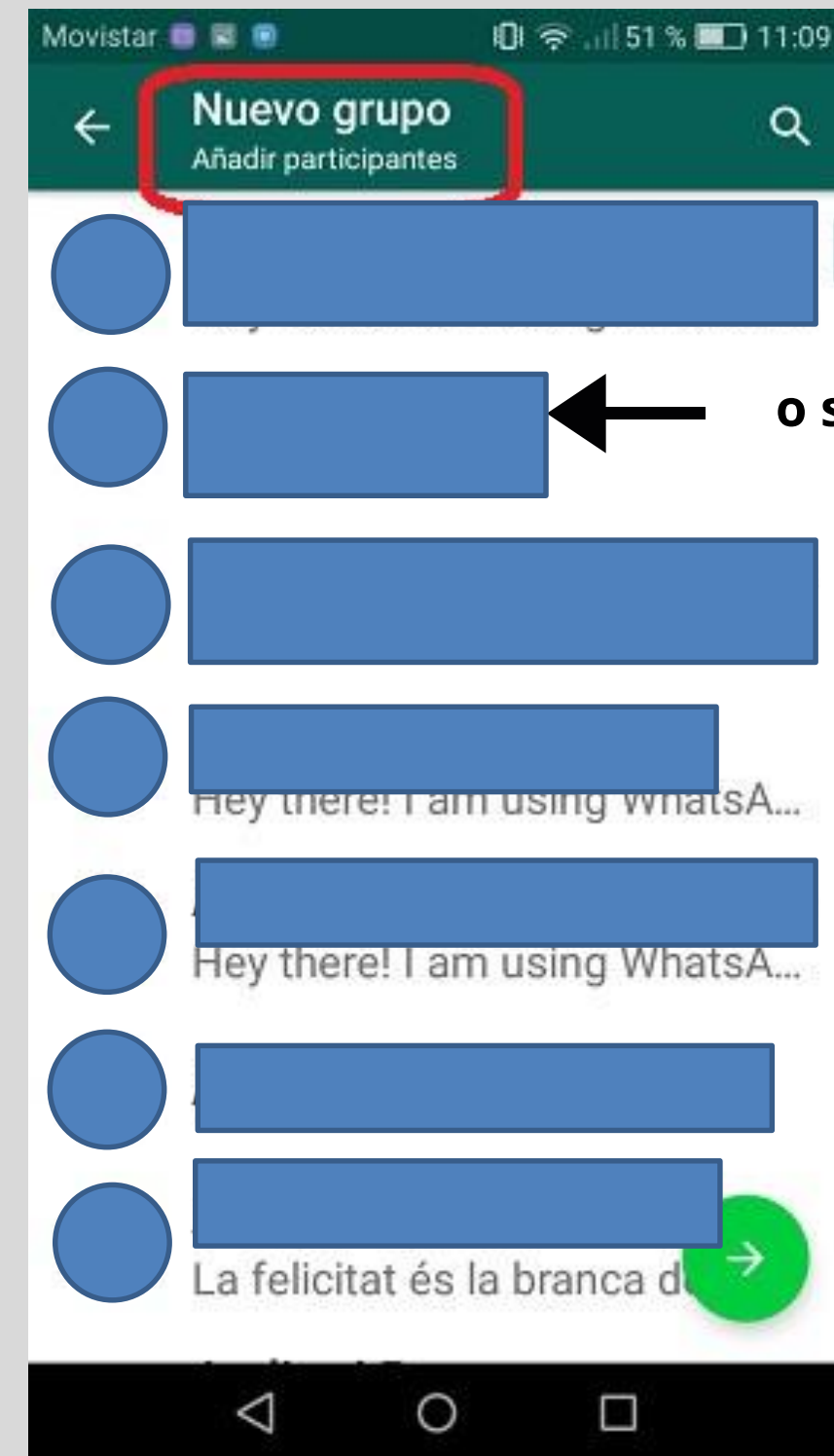
# Creació de grups



Desplegam el menu.



Triam l'opció Nou grup.



Seleccionam les persones que volem que formin part del grup i acceptam l'acció.

# Creació de grups



Afegim membres al grup i pitjam la fletxa verda quan acabam amb la selecció.



Posam nom al grup.



Menú on trobam tota la informació del grup.

Afegir membres nous

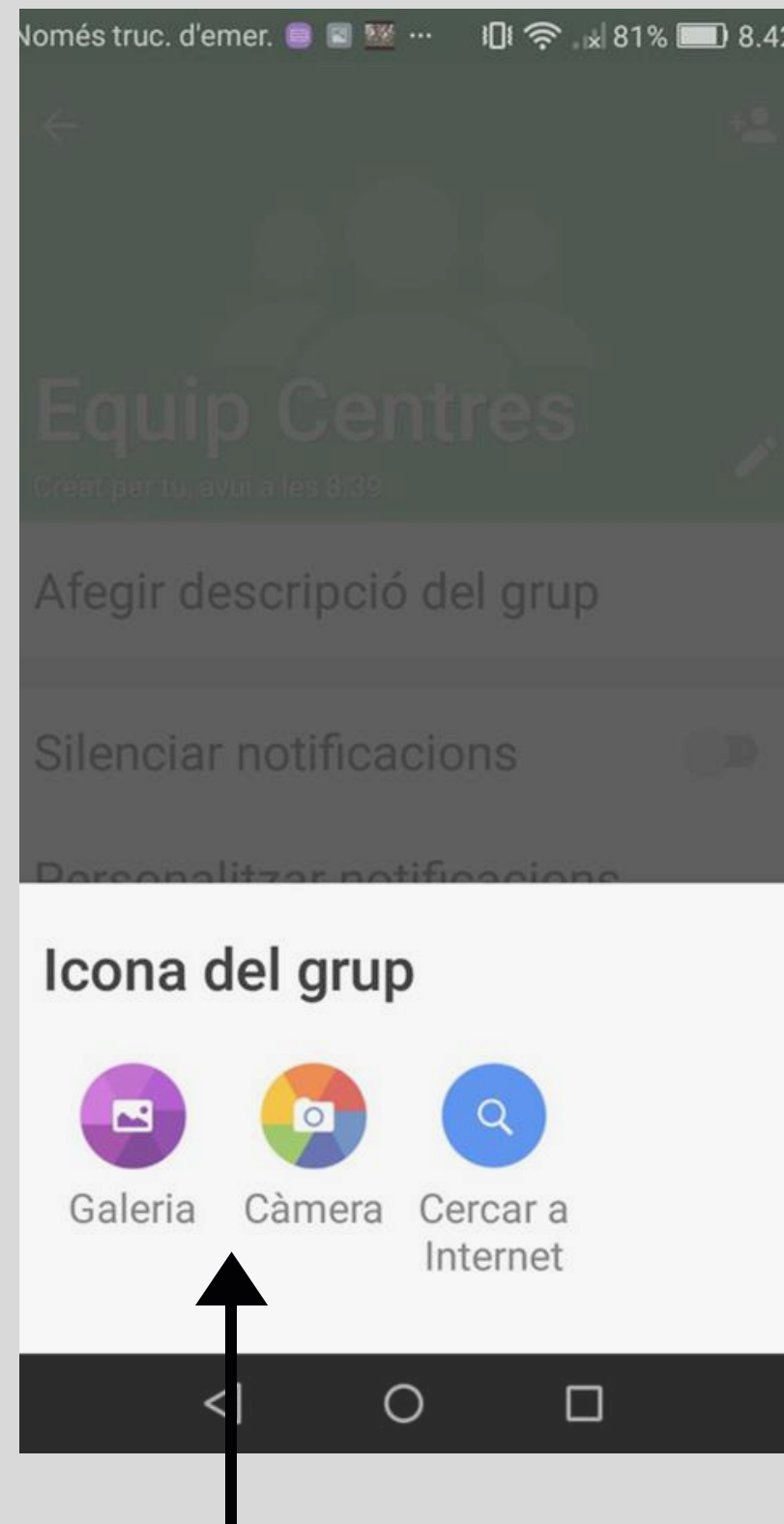
Editar nom

Menú

# Creació de grups



**Per posar la foto del perfil pitjam al centre de la part superior.**

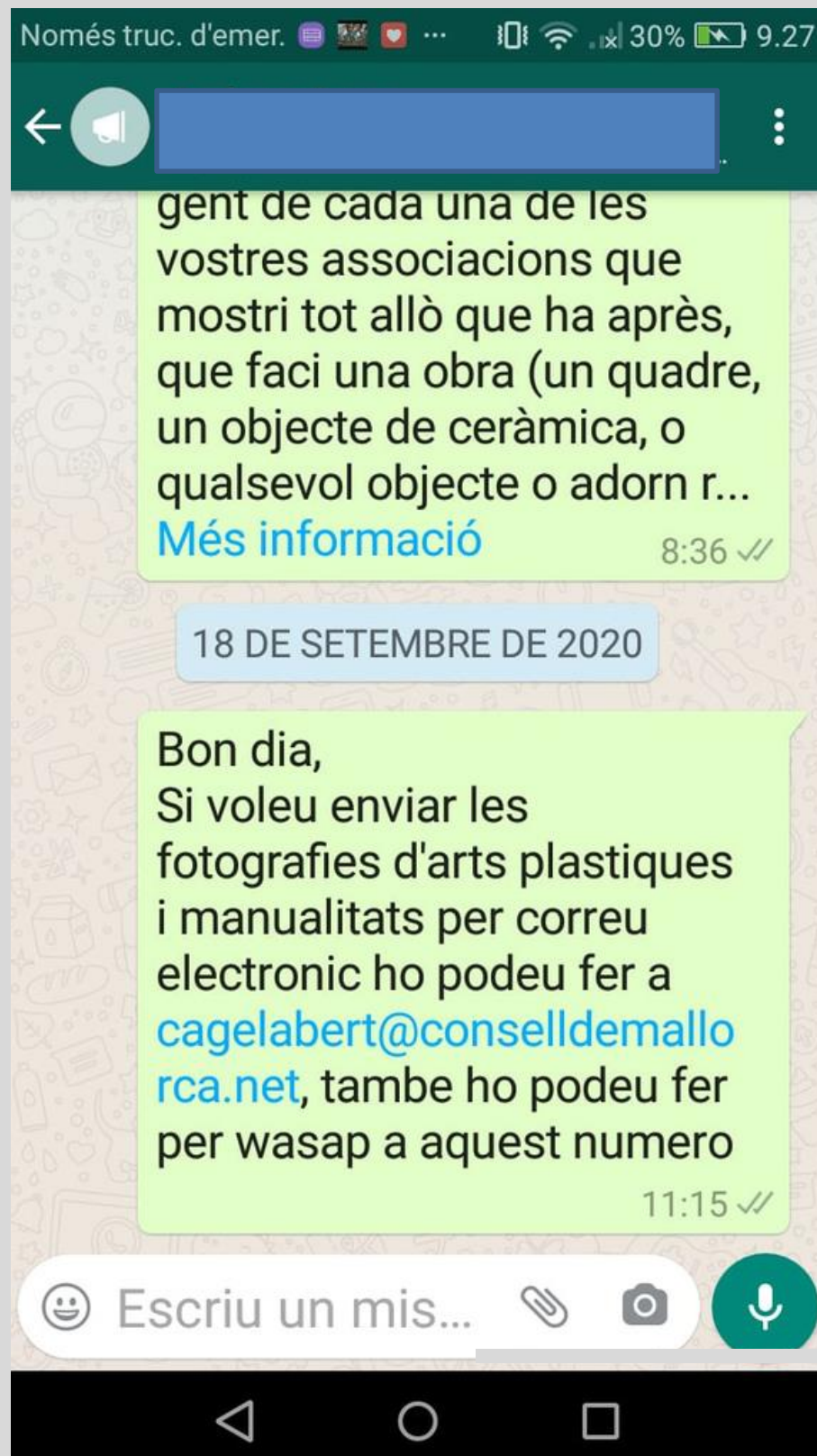


**Triam la nostra fotografia. La seleccionam i acceptam l'acció.**





## Abandonar un grup



Pitjam damunt el nom del grup per entrar a la Informació del grup.

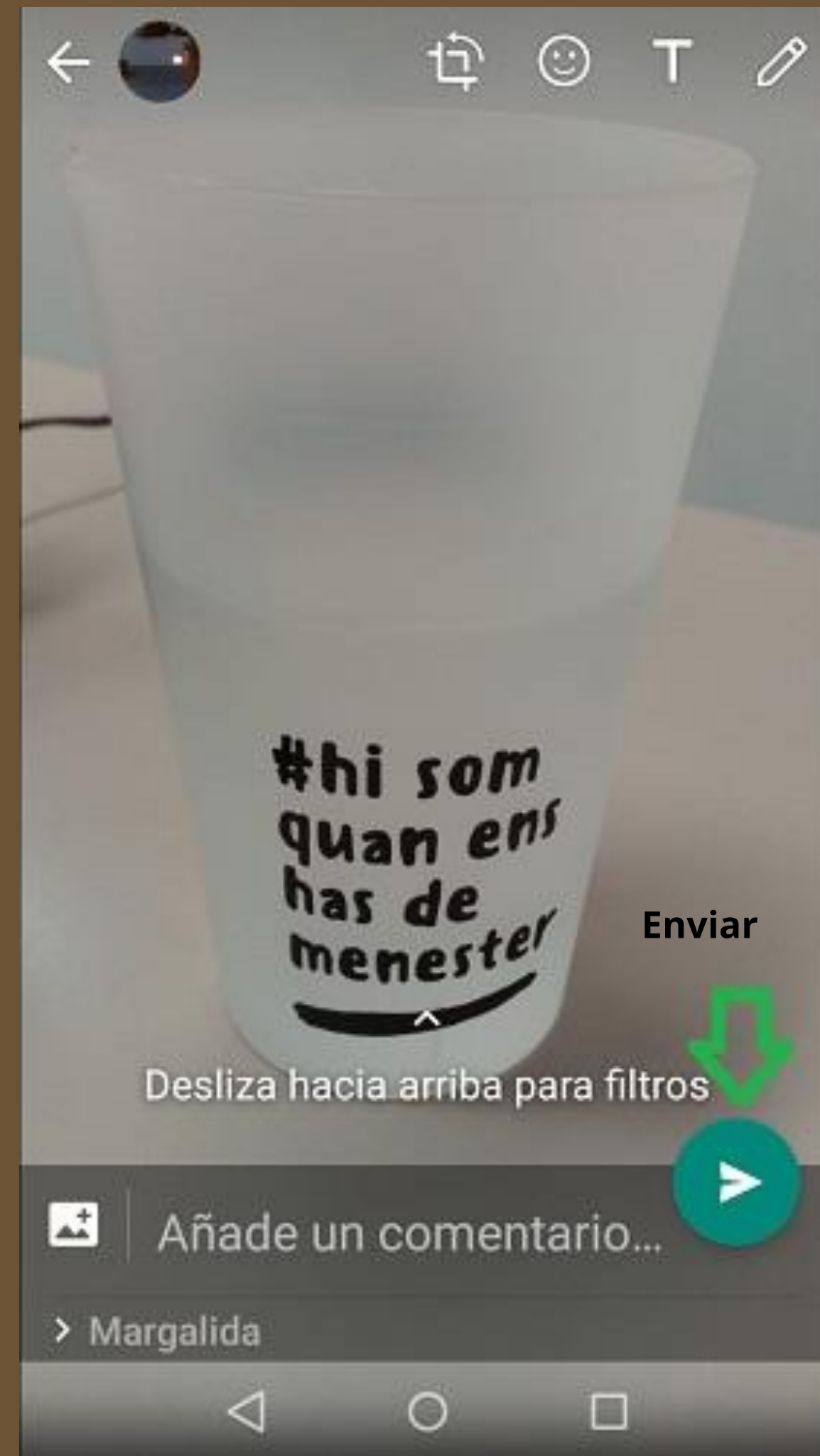


Seleccionam Sortir del grup i acceptam l'acció.

## *Càmera de fotos*

**Com:** la càmera de fotos funciona igual que la càmera del telèfon.

És molt pràctica perquè ens permet enviar les fotografies que acabam de fer directament als nostres contactes.



# Missatge de veu



Pitjam sobre el micròfon o l'arrossegam per amunt per començar a enregistrar.



Durada

Enviar



Seleccionar

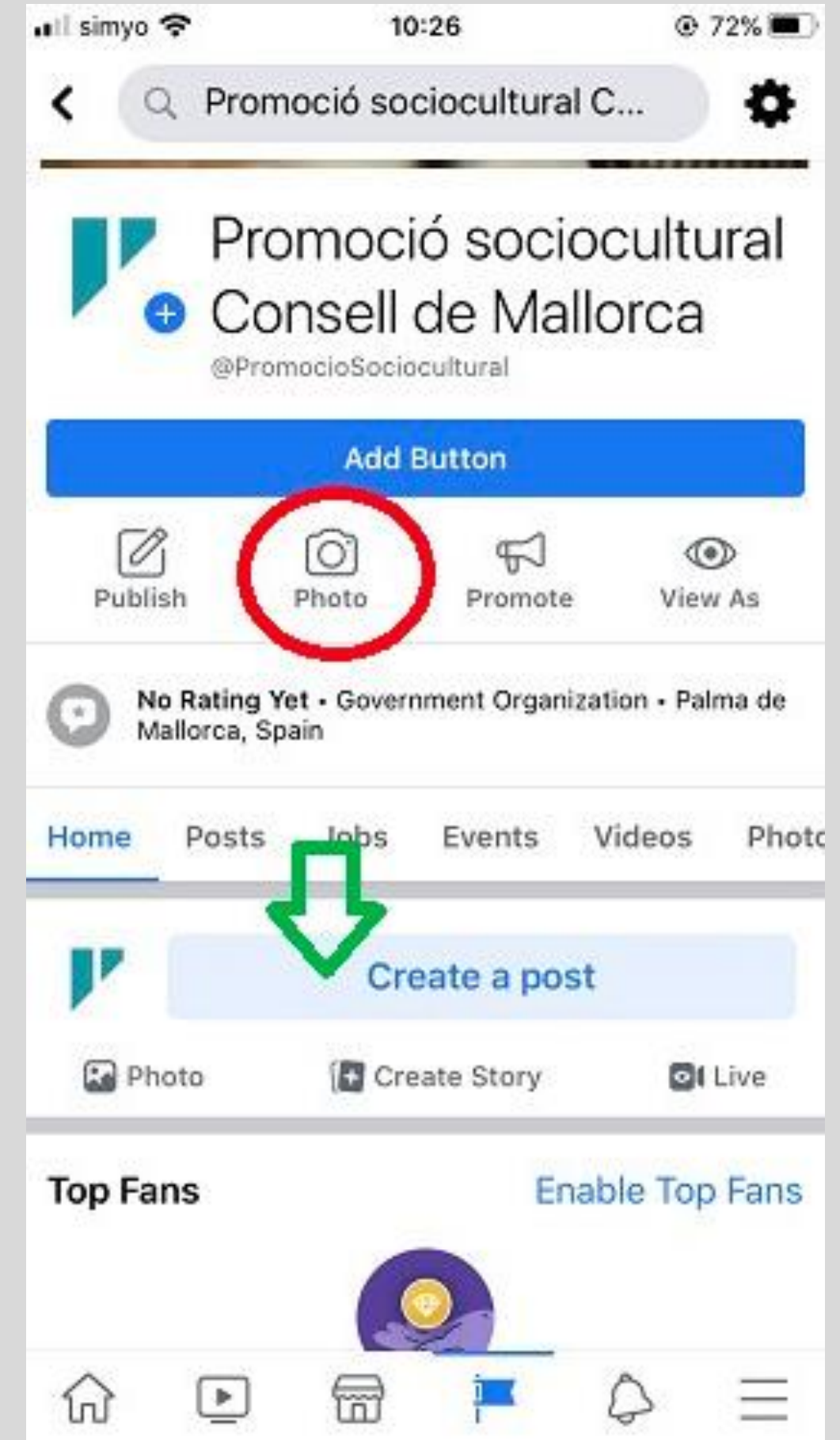


# FACEBOOK

**Què és:** una xarxa social que ens permet contactar amb les nostres amistats, compartir fotografies, informació i dur a terme moltes altres accions.

Hem de descarregar el Facebook de la Play Store.

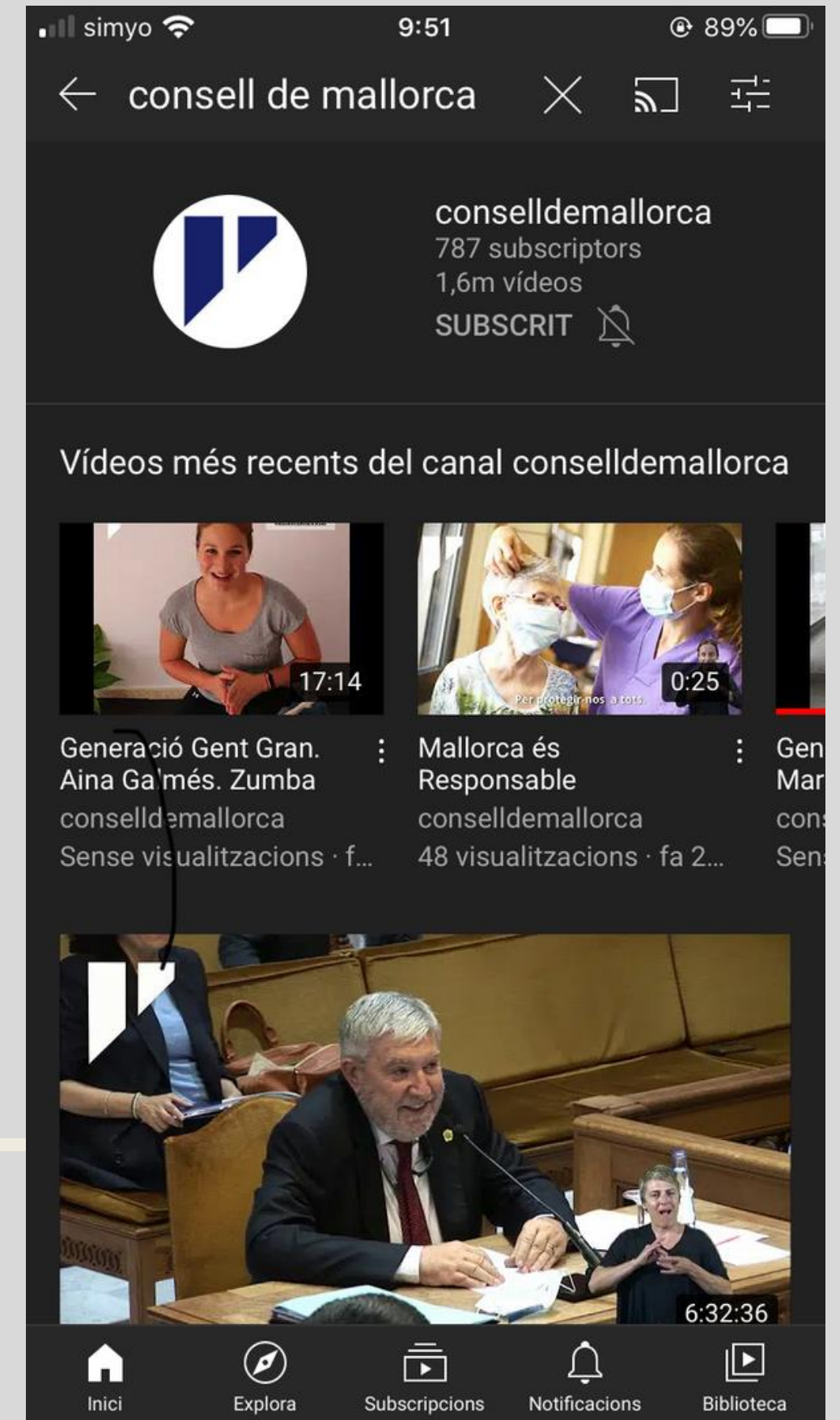
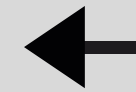
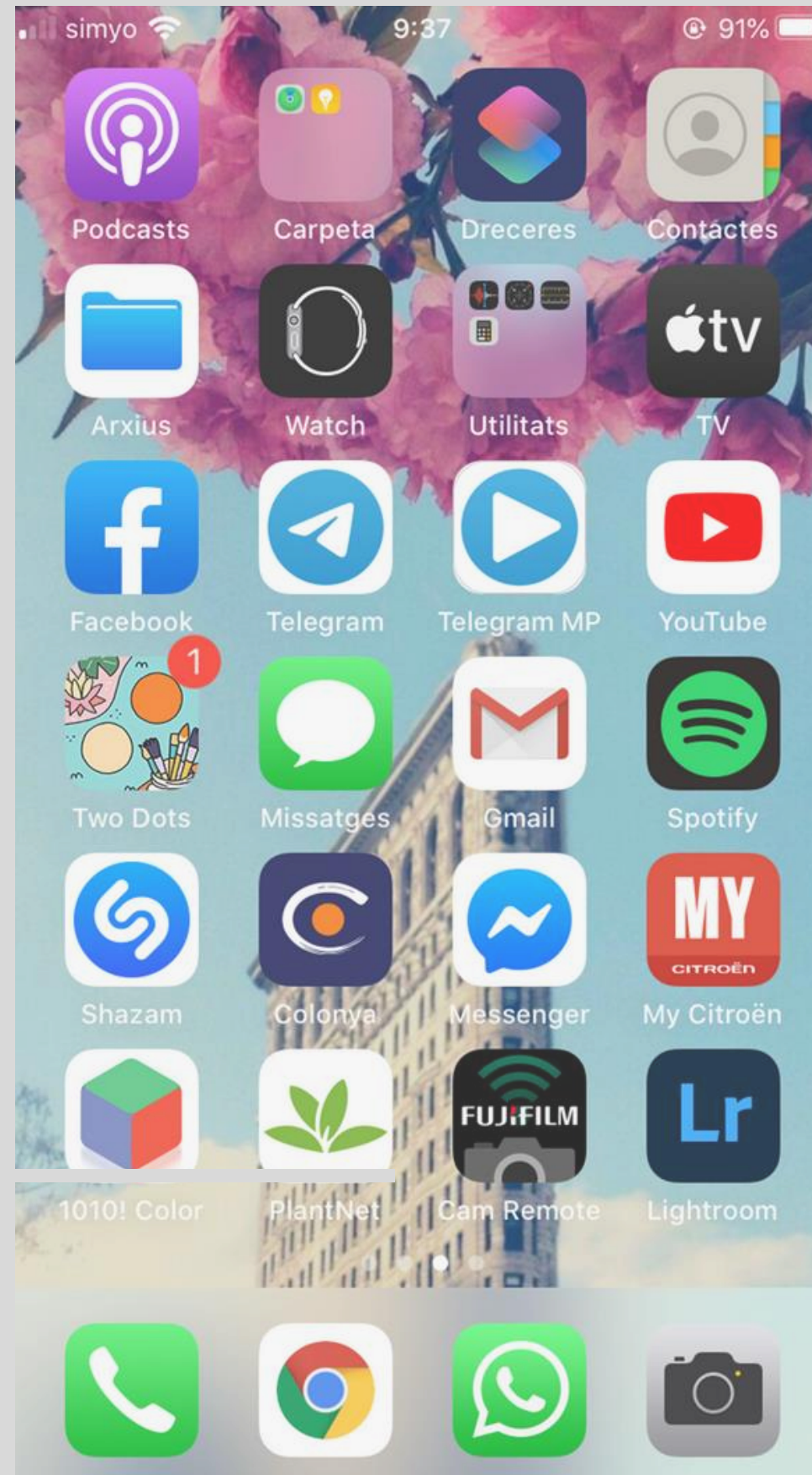
---



# YOUTUBE

## Què és:

és un lloc web on els usuaris poden penjar i compartir vídeos.





---

## *ALTRES APLICACIONES PRÀCTIQUES*



## *MEDISAFE*

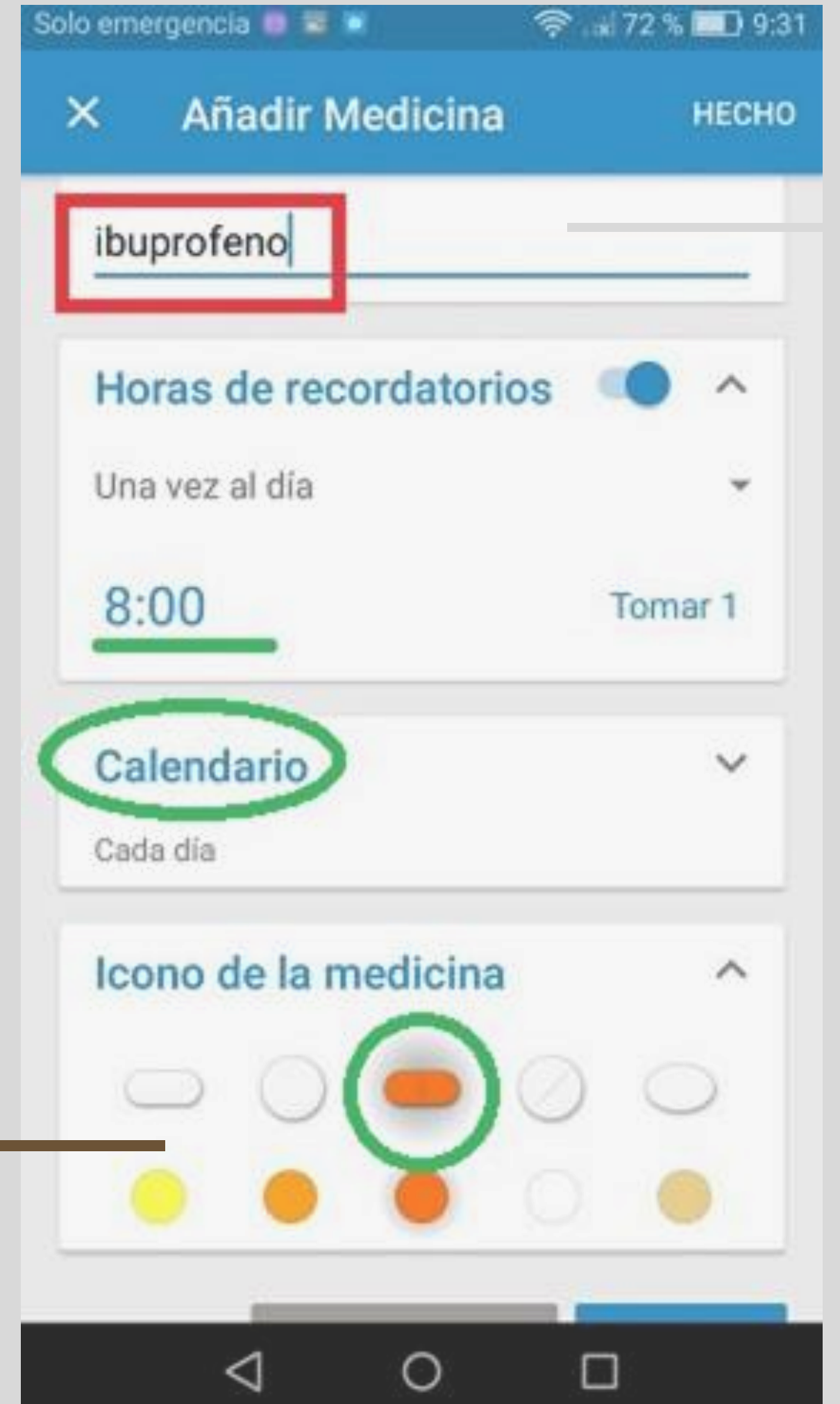
### **Què és:**

és una aplicació pràctica on podem guardar tota la nostra informació mèdica: medicació, cites, metges, resultats d'analítiques...



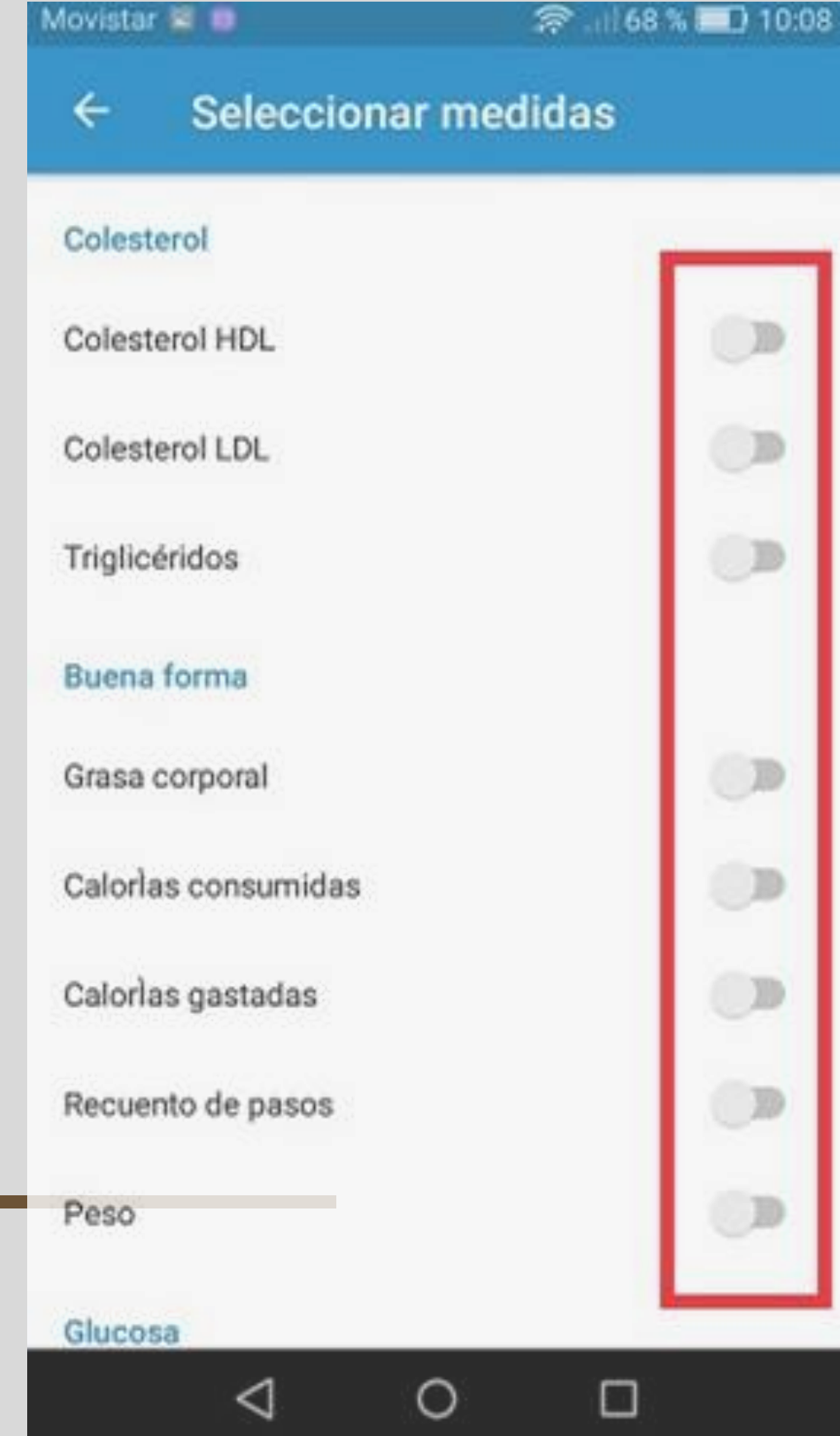
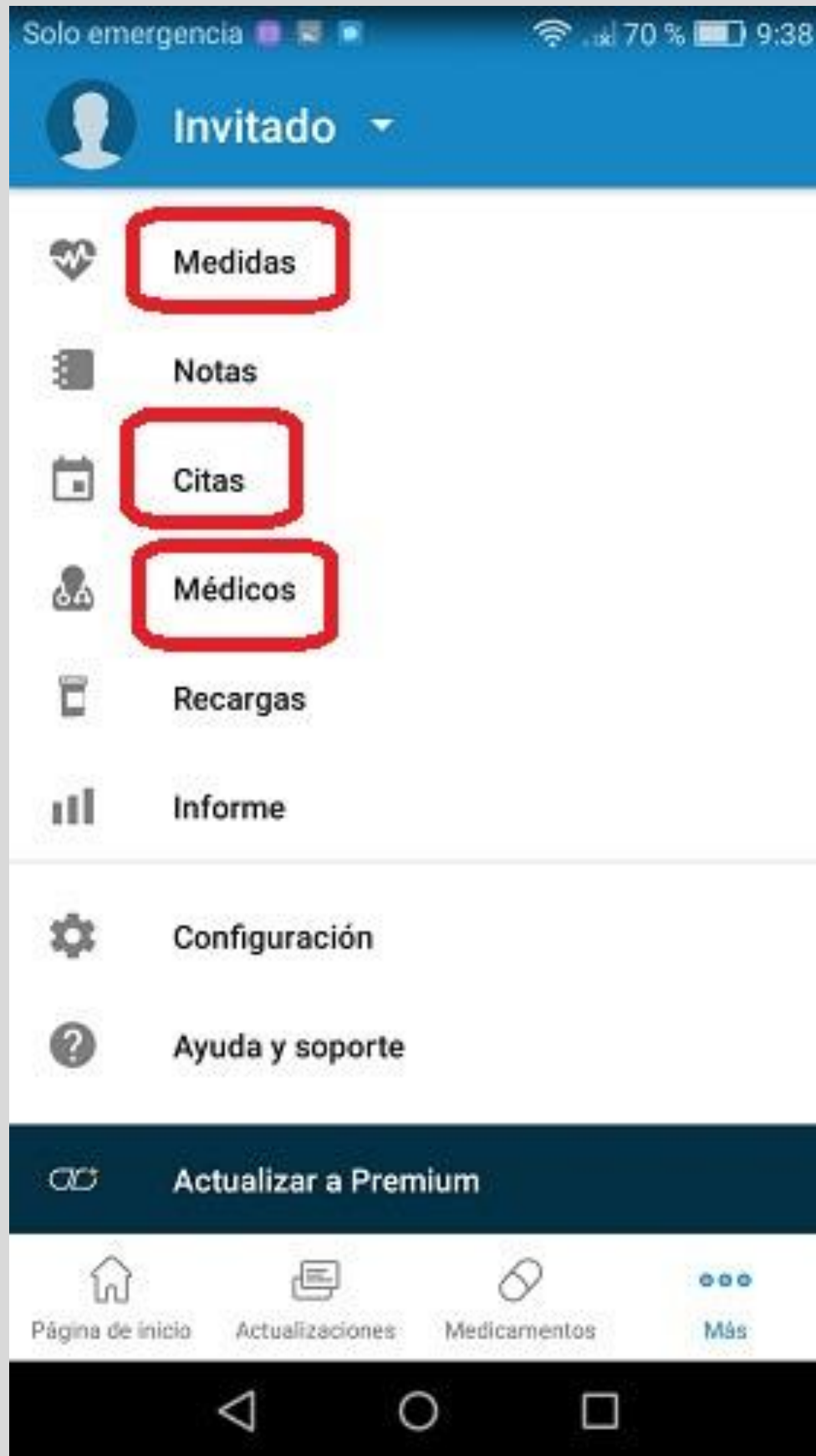


## *Programació del medicament*



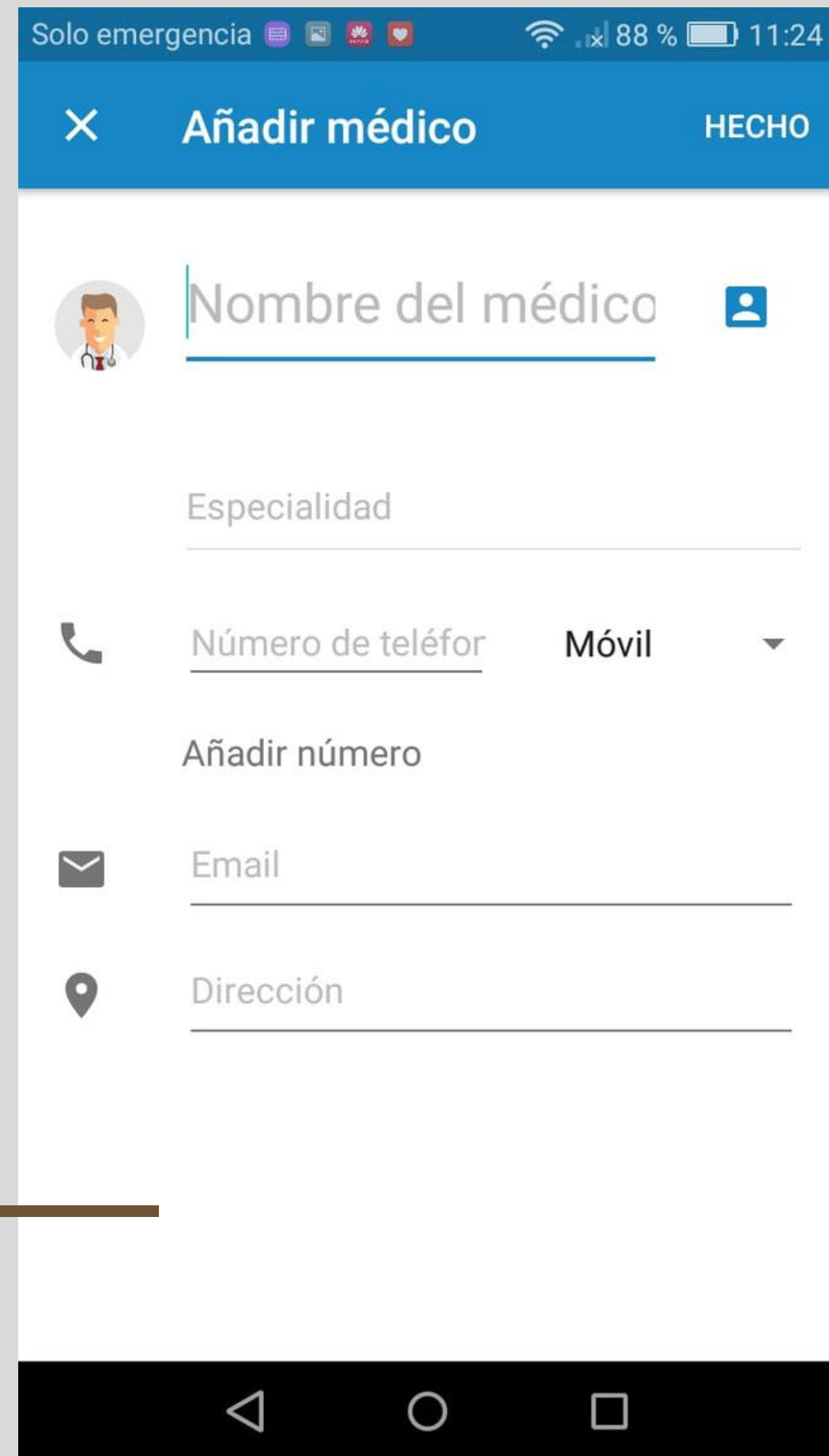


# Analíticas





## *Metges i metgesses*



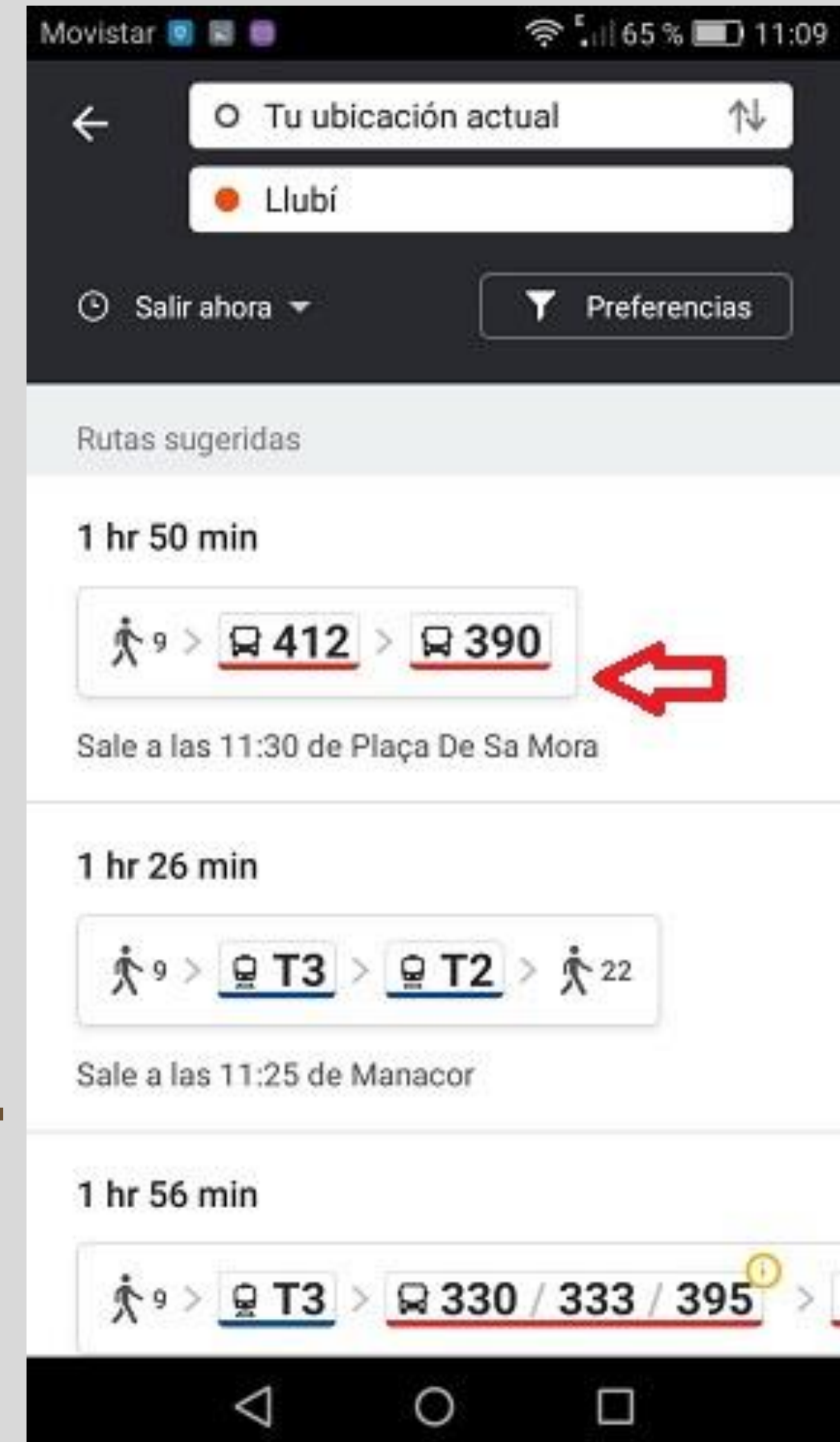
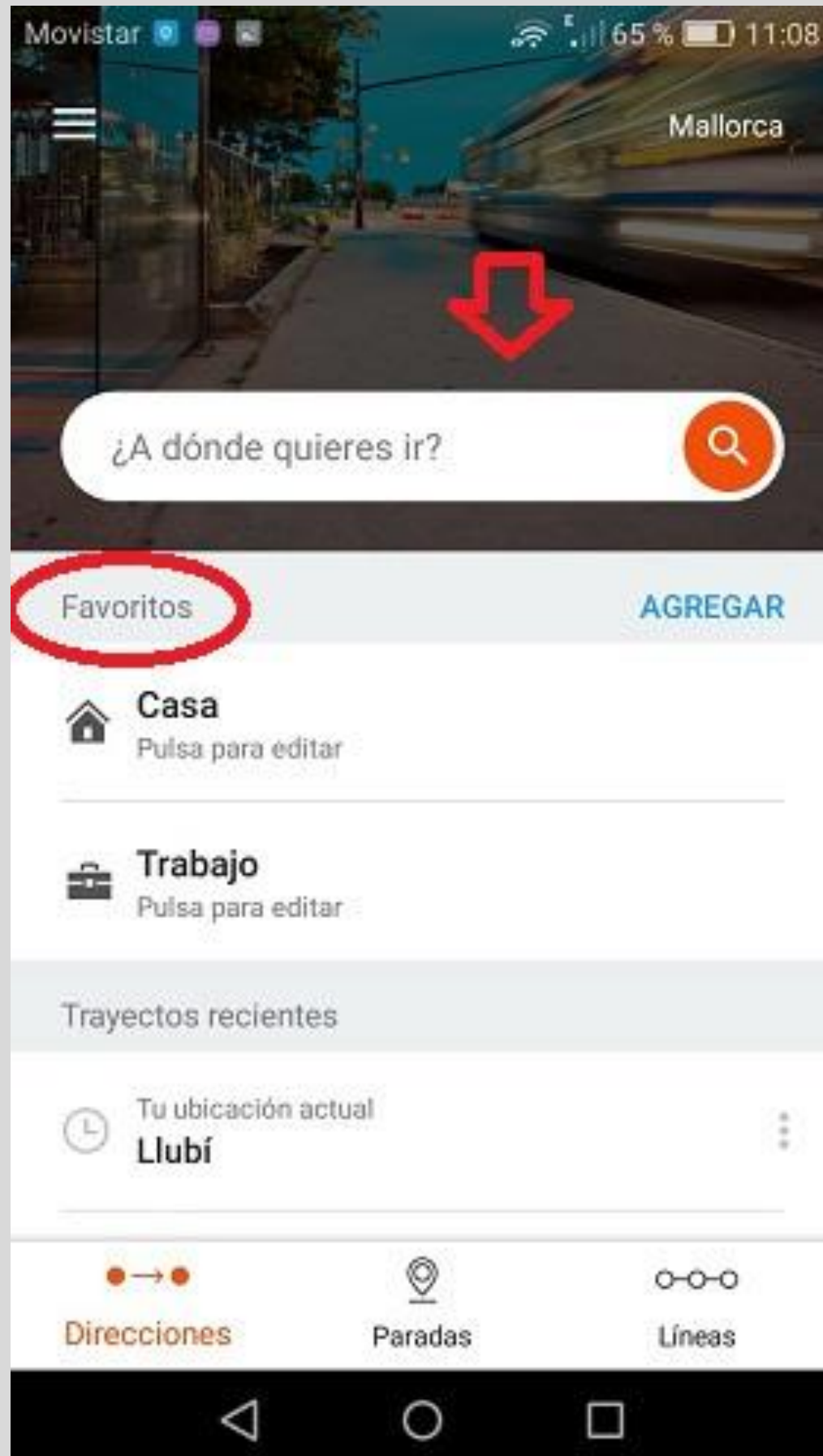


## Visites



# MOOVIT

*Amb aquesta aplicació podem calcular els horaris del transport públic i quines són les millors opcions segons les rutes que hem de fer.*



# APALABRADOS

*Scrabble en línea: es juga contra altres contrincants, coneguts o no.*



## Nueva partida

Selecciona el idioma

 Español  Inglés  Francés  Italiano

 Catalán  Portugués  Alemán  Más

Modo de juego



 Clásico **7 días**  Rápido **5 minutos**



MODO CLÁSICO: tienes 7 días para realizar tu jugada.


Oponente

 Amigos  Aleatorio

**Jugar ahora**





Movistar  82%  12:57

 Espera la aprobación de tu oponente 

**FIBRA 600 Mb** 

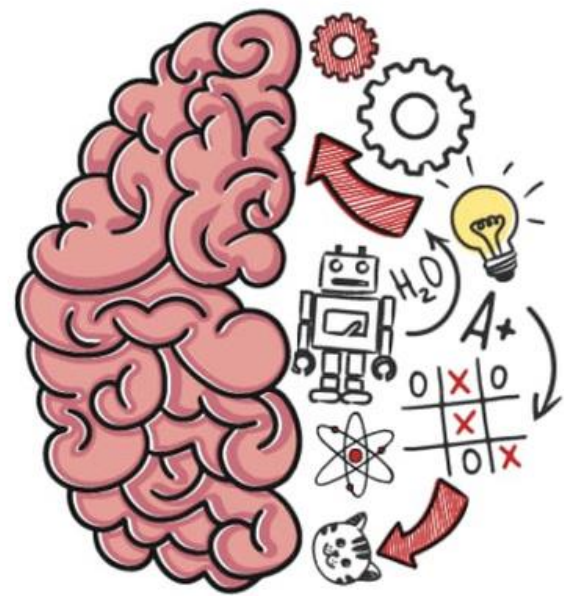
		TP	TL				TL	TP		
	TL			DP			DP		TL	
TP	DL			TL	TL			DL	TP	
		TL			X <sup>10</sup>			TL		
TL				DL	U <sup>10</sup>	DL			TL	
	DP		TL		T <sup>1</sup>	TL			DP	
		TL	DL				DL	TL		
		DP						DP		
	TL		DL				DL	TL		
	DP		TL			TL			DP	
TL				DL	DL				TL	
		TL			DP			TL		
TP	DL			TL	TL			DL	TP	
	TL			DP				DP		TL
		TP	TL				TL		TP	

A<sup>1</sup> S<sup>1</sup> F<sup>4</sup> P<sup>3</sup> L<sup>10</sup> J<sup>8</sup> S<sup>1</sup>

    Tú 28  
Oponente Aleatorio 0  
81 fichas restantes

# BRAIN TEST

És un joc que ens ajuda a pensar i a actuar amb lògica.



50



¿QUIERES DESAFIAR A  
TU CEREBRO?

LISTO



¡NIVEL SEMANAL DISPONIBLE!



NIVEL 5

0



¿Cuántas porciones de pizza hay?



0



ENVIAR



**Autoria:** Caterina Gelabert Perelló  
**Assessorament lingüístic:** Servei de normalització lingüística  
**Edició:** Direcció Insular de Promoció Sociocultural del Consell de Mallorca  
**Primera edició:** 2020



Direcció Insular de Promoció Sociocultural  
Departament de Presidència  
Consell de Mallorca