

Més digitals

OPCIÓ

La teva salut en el món digital

Un programa
que ofereix
**formació
en competències
digitals bàsiques**
a la ciutadania
de Catalunya

• Objectiu

Connèixer eines útils i pràctiques per a la salut en el món digital.

• Què oferim?

Recursos, recomanacions i trucs senzills i divertits.

• A qui va dirigit?

A totes les persones que han d'utilitzar els recursos i les aplicacions de salut amb els seus dispositius digitals de forma esporàdica o quotidiana.

• Modalitat

Presencial, 15 hores de durada.

• Requisits

Es recomana assistir al curs amb un dispositiu mòbil intel·ligent o una tauleta digital.

Què aprendrem i com ho farem?

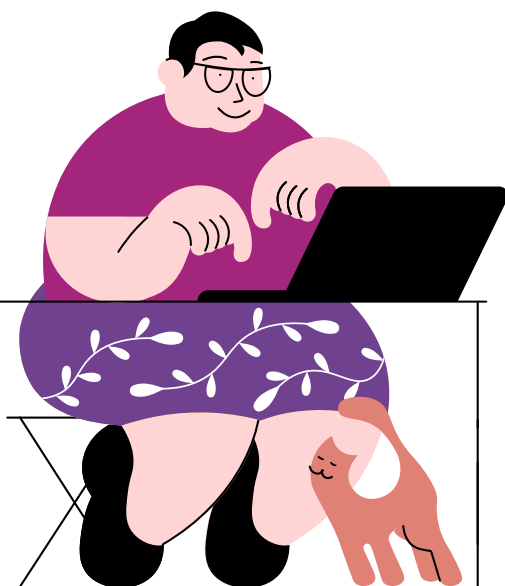
Aquest curs, molt pràctic, ens ajudarà a repassar els coneixements, les habilitats i els recursos bàsics que utilitzem quan fem servir dispositius digitals en l'àmbit de la salut.

Ens familiaritzarem amb l'aplicació de La Meva Salut i amb les eines digitals de suport que tenim per a l'àmbit de la salut. A més, coneixerem les aplicacions o espais web dels hospitals de l'entorn.

Aprendrem trucs que ens ajudaran a destriar les informacions fiables d'aquelles que no ho són, i comentarem allò que ens preocupa dels continguts digitals en l'àmbit de la Salut.

Coneixerem bones pràctiques perquè l'ús del telèfon mòbil sigui segur i saludable, i farem especial èmfasi en conceptes com ara: connectar amb la teva salut, la tecnologia que et cuida, l'hospital al teu mòbil i la salut sense enganys.

Tot això de forma molt pràctica, aplicada i, sobretot, segura.



Reptes i activitats



REPTE 1

Connecta amb la teva salut

- Accedir a La Meva Salut
- Quin ús de La Meva Salut faries?



REPTE 2

Tecnologia que cuida

- Dona't d'alta a l'idCAT Mòbil
- Avantatges o limitacions



REPTE 3

L'hospital i el CAP al teu mòbil

- Funcionalitats de les aplicacions
- Conèixes les aplicacions dels hospitals?
- Dissenya la teva aplicació ideal



REPTE 4

Salut sense enganys

- Detecta el *Fake*
- Creem el nostre *Fake*
- Explorem el Canal Salut



Més informació a:
mesdigitals.gencat.cat