



MANUAL DE USO



Buenos Aires Ciudad



Vamos Buenos Aires

Jefe de Gobierno

Horacio Rodríguez Larreta

Ministra de Desarrollo Humano y Hábitat

Guadalupe Tagliaferri

**Secretaría de Integración Social para
Personas Mayores****Diseño gráfico**

Carlos A. Martinez

MANUAL DE USO +SIMPLE

**Secretaría de Integración Social para
Personas Mayores**

// PRÓLOGO

Es un placer para todos nosotros presentar este Manual de uso especialmente diseñado para que los más grandes se integren a la cultura digital.

A veces suele tenerse la idea de que las nuevas tecnologías son para las nuevas generaciones, pero esto no es así: son para todos. Y quizá quienes más las disfruten sean nuestros adultos mayores.

Cada vez son más los que aprenden a usar toda clase de dispositivos y lo hacen muy rápido. Basta con perder el miedo y animarse

a explorar este universo inmenso que nos permite desde comunicarnos cada vez que tenemos ganas con familiares y amigos a través de las redes sociales, hasta descubrir lugares, ver fotos, leer libros o mirar películas. Los invito a que se animen a aprender.

El esfuerzo vale la pena.
Abrazo.

Horacio

Habitamos un mundo en el cual la tecnología avanza a pasos agigantados. Todos los días se crean nuevas aplicaciones y dispositivos con un único objetivo final: hacernos la vida más fácil.

Hoy me enorgullece estar escribiendo este prólogo, que es el final de ciclo de un proceso que iniciamos muchos meses atrás, cuando entendimos que teníamos que ayudar a los adultos mayores a descubrir este mundo que es Internet, tan maravilloso, y que nos abre tantas posibilidades nuevas. Queremos acompañarlos en este camino, darles

herramientas, porque sabemos que ustedes también tienen mucho para contar y para aportar luego de tantas cosas vividas. Porque al fin y al cabo, de eso se trata Internet: una gran experiencia colaborativa donde todos tenemos las mismas oportunidades y todos nos sentimos incluidos.

Ahora todo depende de ustedes: ¡A explorar nuevos mundos! Aquí estaremos para acompañarlos.

Guadalupe

// ÍNDICE

Introducción.....	1	
A.Glosario.....	2	
B.¿Cómo tocar la pantalla?.....	7	
C.La tablet: Información general		
¿Cómo cuido mi tablet?.....	10	
Componentes de la tablet	12	
Cargar batería.....	14	
Prendé la tablet.....	14	
Apagá la tablet.....	15	
Bloqueá la tablet.....	15	
Utilizá la memoria extraíble.....	15	
Características del sistema.....	16	
D.+SIMPLE: La aplicación		
Modo +Simple versión básica.....	17	
Modo +Simple versión completa.....	18	
1. Botones de uso frecuente +SIMPLE	19	
2. Elementos de la barra superior	20	
2.1 Fecha y hora.....	20	
2.2 Conexión Internet/Wifi.....	20	
2.3 Batería.....	23	
2.4 Configuración.....	24	
2.4.1 Ajuste brillo.....	25	
2.4.2 Ajuste volumen.....	25	
2.4.3 Lectura con voz.....	25	
2.4.4 Notificaciones.....	26	
2.4.5 +SIMPLE.....	28	
2.4.6 Actualizar.....	29	
2.4.8 Ajuste de buscador.....	29	
2.4.9 Redes Wifi.....	30	
2.4.10 Modificar contenido.....	30	
2.4.11 Información.....	32	
2.4.12 Salir de +SIMPLE.....	32	

3. Elementos de la barra inferior

3.1 Inicio.....	33
3.2 Buscador.....	34
3.3 Cámara.....	36
3.4 Correo.....	39
3.5 Novedades.....	40
3.6 Asistencia.....	40

4. Secciones

4.1 Cultura.....	42
4.2 Diversión.....	42
4.3 Redes Sociales.....	42
4.4 Mis Cosas.....	43
4.5 Noticias.....	43
4.6 Trámites.....	44
4.7 Radio.....	44
4.7 Salud.....	47
4.7.1 Pastillero.....	47

E.Instalación de aplicaciones

1 Gmail.....	52
2 Redes Sociales.....	56
2.1 Facebook.....	56
Mis contraseñas.....	58

INTRODUCCIÓN

**A continuación vas a encontrar el
Manual de Uso de la Tablet +SIMPLE**

Paso a paso, vas a conocer todos los componentes que conforman tu tablet +SIMPLE. Con este manual vas a poder usarla y aprovechar al máximo todo el contenido que trae +SIMPLE. Vas a poder encontrar todos los diarios y radios ordenados, acceder a trámites de manera sencilla e incluso ver los capítulos de las novelas y series que te gustan. Además, podés disfrutar de videos explicativos sobre tecnología, nutrición y ejercicios para hacer desde tu casa.

Animate a conocer +SIMPLE
¡Empecemos!

A GLOSARIO

Aplicación: Son programas informáticos que se instalan en tu tablet para realizar diversas tareas. Existen aplicaciones de juegos, de tareas cotidianas y de reproducción multimedia, entre otras.

Arroba: Es un símbolo (@) que se utiliza en el área de la informática para denotar un nombre de usuario (Por ejemplo, en Twitter o en Instagram podés encontrar las redes sociales de la Secretaría de Tercera Edad buscándola por su nombre de usuario: @gcbaterceraedad) y al crear una cuenta de correo electrónico para separar tu nombre de usuario del servicio de correo electrónico (Ej: massimple@buenosaires.gob.ar / juan0001@gmail.com).

Buscador: Son sistemas donde uno puede “buscar” información acerca de lo que le interese. Se coloca la palabra/referencia de lo que se desea buscar, y el Buscador recopila todos los sitios de Internet que brindan información acerca de la palabra o tema buscado. Algunos de los buscadores más conocidos son Google, Bing y Yahoo.

Caché: Es una memoria de rápido acceso para los dispositivos, en la que se guarda la información recientemente procesada. Sirve para recordar las aplicaciones que abrís y la información que buscás, así tarda menos tiempo la próxima vez que quieras hacer uso de ellas.

Captcha: A veces cuando entrás a algunas páginas o querés confirmar una operación en Internet, se te va a pedir que reescribas un pequeño texto o serie de números que aparece en una imagen. Este sistema de reconocimiento lo realizan distintas páginas de Internet para saber si es un humano o es una máquina quien intenta crear una cuenta, acceder a ella o descargar un archivo.

Chat: Es una comunicación en tiempo real de manera escrita que podés tener con una o varias personas, a través de programas como Skype y Google Hangouts, entre otros.

Cookies: Información enviada por un sitio web y almacenada en el navegador del usuario.

Correo electrónico: Al igual que el correo tradicional y la carta manuscrita, el correo electrónico permite que dos personas se envíen mensajes o “cartas” (que denominamos

“mails”) a través de Internet. En cuestión de segundos, dos personas en dos puntos distintos del mundo pueden enviarse un correo electrónico (o mail).

Cuenta de Correo electrónico: Es la cuenta que vas a usar para entrar al servicio de correo electrónico, como Outlook, Gmail y Yahoo.

Cursor: Es un indicador que se usa para mostrar la posición en donde se está ingresando texto.

Enlace/Link: Es un texto o imagen en un sitio web que podés pinchar para: “saltar” a otro lugar en la misma página o a una página distinta, o para comenzar a descargar un archivo. (Ej: <http://www.buenosaires.gob.ar/massimple>).

Facebook: Es una red social que te va a permitir comunicarte con otras personas dentro de tu red y compartir contenidos con ellos.

Gmail: Existen distintos tipos de servicios de correo electrónico, al igual que para enviar una carta existe Oca, Correo Argentino, etc. Gmail es el servicio de correo electrónico que pertenece a la empresa Google.

Google: Es el buscador de Internet más popular.

Hardware: Es la parte física y tangible de los dispositivos informáticos se complementa con el software.

Internet: Es una red de redes a escala mundial para transmitir información. Dentro de la misma podrás buscar información, comprar objetos y servicios, comunicarte, jugar juegos, ver películas, y muchas cosas más.

Informática: Es una ciencia que estudia métodos, técnicas y procesos, que tiene como fin almacenar, procesar y transmitir información y datos en forma digital. Trata todo lo que tiene que ver con la computación, la entrada, el proceso y la salida de información de los distintos dispositivos.

Memoria Externa: Hace referencia a la información y los datos que no se alojan en la memoria con la que viene la tablet, sino que se guardan en una pequeña memoria que se le agrega a la tablet. En tu tablet podes ingresar una tarjeta de memoria externa para

tener una mayor capacidad de almacenar datos.

solución, mayor espacio de almacenamiento ocupa la imagen.

Navegador: Es un instrumento que se utiliza para acceder a Internet y realizar distintas actividades en páginas web.

Sistema Operativo: Conjunto de programas informáticos que permiten la administración eficaz de tu tablet.

Outlook: Es el servicio de correo electrónico de Windows.

Sitio web: Es un conjunto de páginas web. Lo podemos comparar con un libro, un sitio web sería el libro completo y las páginas web serían los capítulos del mismo.

Página Web: Es un documento electrónico capaz de contener texto, sonido, programas, videos y enlaces a otras páginas.

Skype: Es una aplicación que te permite llamar gratis a otro usuario de Internet. Podés comunicarte tanto por texto, voz o imagen.

Plataforma: Es una aplicación base que permite alojar diferentes aplicaciones o programas. Para nosotros, +SIMPLE es una plataforma, ya que permite reunir aplicaciones diversas, información, todo en un mismo lugar.

Software: Es la parte virtual de los dispositivos informáticos.

Resolución de Imagen: Refiere a la calidad de la imagen digital. A mayor re-

Tablet: Es una computadora portátil, más grande que un teléfono. La forma de interactuar con la tablet es con los dedos, por medio de la pantalla táctil. El formato

estándar se llama pizarra y viene con un teclado táctil incorporado. Es usualmente utilizada para la lectura de libros, páginas de internet, reproducción de música, visualización de videos o películas, sacar fotos y videos, etc.

Su peso ligero, la facilidad de uso y la pantalla táctil, son algunas de sus ventajas, que hacen que la gente los elija por sobre las computadoras de escritorio.

USB: “El puerto USB” es una ranura de la tablet que te permite pasar información de un lado a otro, por ejemplo, datos de la tablet a la computadora.

Ventana Emergente: Carteles que aparecen automáticamente para que confirmes una acción a realizar o para mostrarte un mensaje.

Web: En el área de la informática, se utiliza para referirse a Internet, o a un sitio web.

Wifi: Es un mecanismo que vas a utilizar desde tu tablet para conectarte a Internet de manera inalámbrica.

Yahoo: Es un buscador de Internet que te permite buscar, mediante el uso de palabras clave, todo lo que está dentro de la Web. Además contiene distintas herramientas como correo electrónico, noticias, información sobre finanzas, compra y venta de productos como ropa y autos, etc.

Youtube: Es una aplicación para subir y compartir videos en Internet.

B ¿ CÓMO TOCAR LA PANTALLA?

Tu tablet tiene una pantalla táctil. Para interactuar con ella y utilizar sus funciones, tenés que usar los dedos de tu mano, sin necesidad de un teclado físico o mouse. La tablet contiene un teclado integrado, que se despliega automáticamente cada vez que las aplicaciones te permitan escribir.

Te conviene apoyar el dedo índice suavemente sobre la pantalla de la tablet.



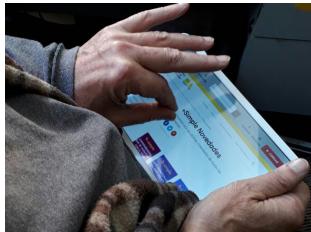
IMPORTANTE

No te asustes si la tablet se apaga en cualquier momento, simplemente está descansando para ahorrar batería, y la pantalla se apaga. Para volver a encenderla, apretá el botón de encendido una sola vez y vas a poder utilizar la tablet normalmente.

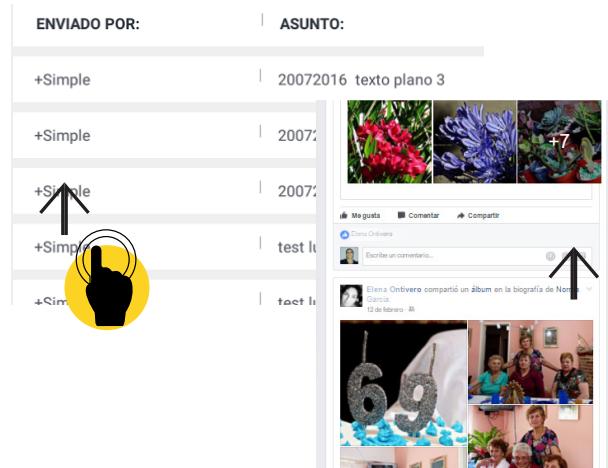
Acciones que se realizan con el dedo:

-Seleccionar: Podés tocar sobre las secciones que querés abrir, para descubrir los distintos usos de tu tablet. Además, por medio del teclado incorporado, podés tippear lo que necesites seleccionando las letras en la pantalla.

-Achicar y agrandar: Es tan fácil como “pellizcar” la pantalla, para alejar, o abrir los dedos “como una pinza” sobre ella para acercar.



-Deslizar: Deslizando el dedo de manera vertical vas a poder subir y bajar el contenido que estés leyendo. Te va a servir para ver Facebook, Instagram, noticias y muchas cosas más.



-Teclado: La tablet tiene un teclado del software que se muestra automáticamente cuando presionás en un lugar de la pantalla donde van textos o números.

- 9 -

- SHIFT: Por defecto aparecerán letras en minúscula, pero podrás cambiar a mayúscula seleccionando esta tecla.
- 123: Para ingresar números y caracteres especiales, podés activar el teclado numérico presionando esta tecla.

Para insertar caracteres especiales en una letra, como acentos o diéresis, mantené apretado sobre la letra durante unos segundos, vas a ver un nuevo casillero donde podés elegir el signo de puntuación.

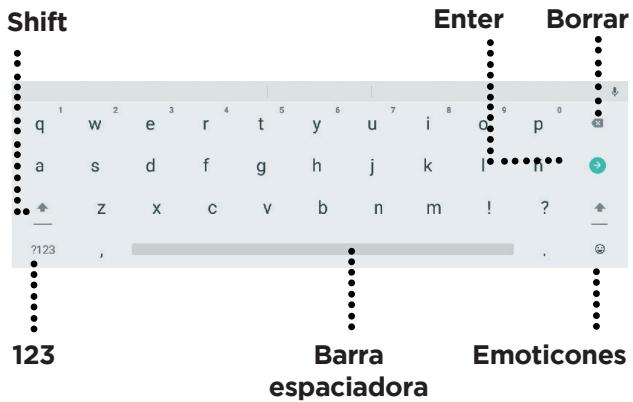
- ENTER: Esta tecla puede reemplazar el “Ir” de la barra del buscador o pasar al párrafo siguiente cuando estás escribiendo.

- BARRA ESPACIADORA: Permite generar un espacio en blanco, para separar una palabra de la otra.

- BORRAR: Sirve para borrar los caracteres

que se encuentran a la izquierda del cursor.

- EMOTICONES: Al presionar esta tecla, aparecerán diferentes emoticones que podés utilizar para expresar tus emociones al enviar mensajes a través de las redes sociales.



C LA TABLET: INFORMACIÓN GENERAL

¿Cómo cuido mi tablet?

Antes de comenzar a utilizar la tablet, leé con atención las siguientes recomendaciones para que funcione correctamente.



Evitá exponer el dispositivo a la luz directa del sol por períodos de tiempo prolongados. Protegelo de la humedad y el polvo.



Evitá caídas violentas del equipo que puedan dañar la pantalla o el dispositivo en sí. No la uses mientras estás caminando por la calle o manejando.



Al utilizar los auriculares, seleccioná el volumen apropiado para vos. Si sentís un zumbido, probá bajando el volumen o desconectándolos.



No obstruyas las ranuras de ventilación del equipo. Recordá limpiar el dispositivo con un paño en seco, no utilices agua ni alcohol.



No utilices el equipo en espacios en los que no se acepta el uso de dispositivos electrónicos como por ejemplo, los aviones.



El equipo está diseñado para ser usado con las yemas de los dedos. No utilices otros elementos para accionar sobre la pantalla ni coloques objetos pesados sobre la misma que puedan dañarla.



Hay una ranura al costado de la tablet con la forma como la de la imagen. Esta ranura se llama micro USB y sirve para cargar tu tablet y para pasar datos a tu computadora u otros dispositivos.

Para pasar información de la tablet a la computadora, vas a usar un cable como el de la imagen. Cuando lo estés pasando, no la desconectes de manera repentina. Recordá expulsarlo de manera segura al terminar la acción.



No desarmes la tablet. Llamá al 147 desde cualquier teléfono. Si tenés un problema, te van a ir guiando para reconocer de qué tipo es y cómo resolverlo.

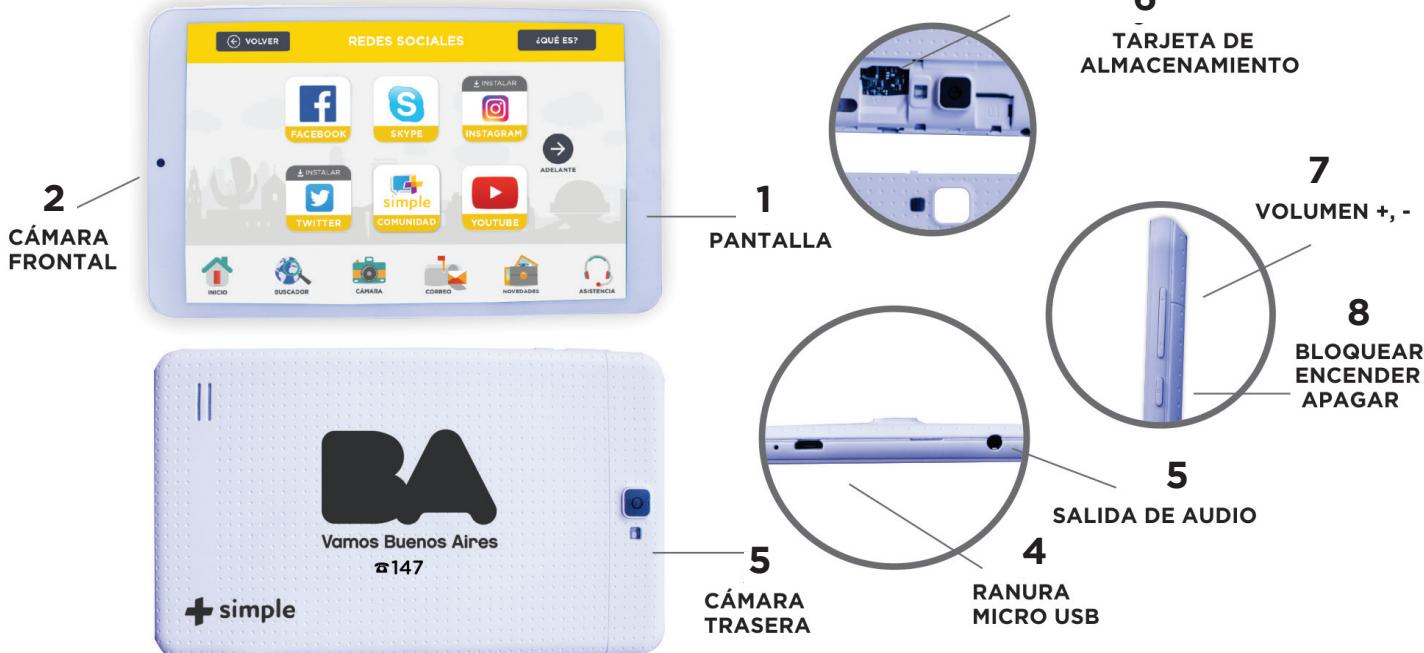
¡ATENCIÓN!



**SI USÁS MARCAPASOS
MANTENÉ EL EQUIPO
AL MENOS A 20 Cm.
DEL MISMO.**

LAS ONDAS RADIOELÉCTRICAS
QUE EMITE LA TABLET PUEDEN
PERJUDICAR SU CORRECTO
FUNCIONAMIENTO.

¿Qué componentes tiene mi tablet?



ELEMENTOS DE LA TABLET

1 Pantalla táctil

Es un dispositivo sensible al tacto que permite interactuar con la pantalla.

2 Cámara frontal

Permite tomar autorretratos. (también conocidos como selfies).

3 Salida de audio

Es el lugar donde se conectan los auriculares

4 Ranura micro USB

Hay una ranura al costado de la tablet como la de la imagen. Esta ranura se llama USB y sirve para cargar tu tablet y para pasar datos a tu computadora u otros dispositivos.

5 Cámara trasera

Permite tomar fotos.

6 Entrada para tarjeta de almacenamiento

Acá vas a poder insertar la tarjeta de memoria que aumenta la capacidad de almacenamiento.

7 Volumen + / -

Presioná para reducir o aumentar el volumen.

8 Botón de encendido, apagado y bloqueo

Presioná por unos segundos para prender y apagar la tablet. Este botón también sirve para bloquear o desbloquear la tablet , solo que en este caso no deberás mantenerlo presionado durante cinco segundos, sino que una sola vez alcanza.

Cargar batería

La tablet tiene una batería recargable



- Para cargar conectá la fuente de alimentación de corriente alterna (foto 1) al cable USB (foto 2) en el lado derecho de la tablet (foto 3).
- El ícono de batería que se muestra en la pantalla indica el estado de batería y de cargado.
- También se puede utilizar la tablet cuando está conectada al cargador. Te recomendamos que la desenchufes una vez que está cargada al 100%.
- Recargala por lo menos por media hora si estuvo apagada por mucho tiempo y no logra encender.
- Cargala regularmente, al menos una vez a la semana. La temperatura óptima para la batería está entre 5° y 35°

1 PRENDÉ LA TABLET



Al costado de la tablet vas a encontrar un botón de encendido. Para prenderla mantén apretado por 5 segundos ese botón. Sabrás que la tablet se terminó de encender cuando aparezca la siguiente imagen en la pantalla.



2 APAGÁ LA TABLET



Si querés apagarla, mantené apretado por 5 segundos el botón de “encendido/apagado”, y luego seleccioná la opción de apagar.

3 BLOQUEÁ LA TABLET



Cuando no estás usando tu tablet, podés bloquear la pantalla y ahorrar batería. Para bloquear la pantalla apretá el botón de “encendido/apagado” una sola vez, sin mantenerlo apretado. De esta forma, se va a apagar la pantalla (Recordá que dejar el dedo apretado sirve para encender o apagar la tablet).

A veces, si pasan unos minutos sin que uses la tablet, la pantalla se “bloquea” sola. ¡No te asustes! Para desbloquearla, presioná el botón de encendido/apagado nuevamente.

4 UTILIZÁ LA MEMORIA EXTRAÍBLE

1- Insertá la tarjeta de memoria en la entrada correspondiente, indicada donde están los componentes de la tablet (pag 12). Esperá a que la tarjeta haga un clic al ingresar.

2- En la pantalla va a salir una ventana emergente, que dirá: “Preparando tarjeta SD”.

3- Para remover la tarjeta vas a ir al modo Android, podés ver cómo ingresar en la sección “Sección configuración - Salir de +SIMPLE”, y cerrar todas las aplicaciones y documentos que fueron abiertos desde la misma. Seleccioná “Ajustes”, después “Almacenamiento” y luego vas a la opción “desmontar la tarjeta SD”. Cuando te indique que es seguro sacarla, por medio de una ventana emergente, apretá suavemente la tarjeta y la quitás.

5 ¿CUÁLES SON LAS CARACTERÍSTICAS GENERALES DE +SIMPLE?

Hay dos modos de usar +SIMPLE, ambos amigables y sencillos: la Versión Básica y la Versión Completa. (Más información sección “ Modo +SIMPLE Versión Básica y Modo +SIMPLE Versión Completa”) . Apenas prendés la tablet, podés elegir cuál versión querés usar. Te explicamos las versiones:

1. “+SIMPLE Versión Completa”

Es una forma sencilla y amigable de utilizar todas las funciones de tu tablet.

2. “+SIMPLE Versión Básica”

Utiliza las características de la anterior y proporciona sólo las funciones básicas de la tablet.

(También existe el modo “Android”, que es el sistema operativo con el que funcionan la mayoría de las tablets).

BIENVENIDO

+SIMPLE tiene dos versiones:

BÁSICA: para quienes tengan menor conocimiento digital
COMPLETA: tiene todo el contenido de +SIMPLE

¡Te recomendamos que te animes a usar la Versión Completa y aprendas en nuestras Aulas Digitales!



VERSIÓN
COMPLETA



VERSIÓN
BÁSICA

D+SIMPLE: LA APLICACIÓN

Modo +SIMPLE

Cuando ingreses por primera vez al sistema “+SIMPLE”, éste te preguntará: ¿Qué versión deseás usar? Como usuario podés elegir entre:

VERSIÓN BÁSICA

VERSIÓN COMPLETA

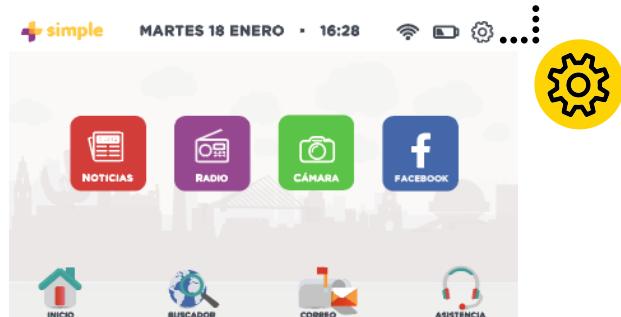
A continuación te explicamos las características generales de cada una.

Tené en cuenta que podés cambiar la versión que elegiste en cualquier momento que quieras. Tenés que entrar en Configuración y presionar sobre la opción: Versión Completa / Básica. (se explica en el capítulo de Configuración).

Modo +SIMPLE “Versión Básica”

La Versión Básica de “+SIMPLE” es una versión más sencilla en la cual están presentes las Secciones más usadas por los Adultos Mayores: Noticias, Radio, Cámara y Facebook. En la barra inferior de la Versión Básica encontrás los botones Inicio, Buscador, Correo y Asistencia.

CONFIGURACIÓN



Modo +SIMPLE “Versión Completa”

La Versión Completa de “+SIMPLE” ofrece una mayor variedad de Secciones para el Adulto Mayor: Noticias, Diversión, Redes Sociales, Mis Cosas, Cultura, Trámites, Radio y Salud.

En la barra inferior de la Versión Completa encontrás los siguientes Botones: Inicio, Buscador, Cámara, Correo, Novedades y Asistencia.

IMPORTANTE

La Versión Completa no es una versión más difícil sino que ofrece más y diferentes secciones para disfrutar.



1 BOTONES DE USO FRECUENTE +SIMPLE



Inicio: : Este botón se encuentra en el extremo inferior izquierdo de la pantalla. Cuando entrás a cada una de las secciones va a seguir estando en el mismo lugar, al igual que cuando entrás a Configuración y Wifi. Lo vas a utilizar para volver a la página inicial de +SIMPLE cuando lo necesites. Si querés volver al Inicio desde la Cámara, Correo, u otros módulos que no contienen el símbolo de Inicio, podés utilizar los botones Cerrar y Volver.



Volver: Este botón lo vas a encontrar en distintos momentos de la navegación, por lo general cuando surja una nueva ventana emergente. Utilízalo para regresar a la misma pantalla en donde te encontrabas anteriormente.



Cerrar: Cada vez que estés navegando por +SIMPLE, una vez en que se te abra una nueva pantalla de la cámara, buscador, etc., vas a poder seleccionar este botón para cerrarla y volverá a la pantalla en donde estabas antes.



Adelante: Con este botón vas a poder ir a la próxima página, para ver más de lo que +SIMPLE tiene para ofrecerte, como diarios, revistas, distintas radios y otras secciones de la aplicación.



Atrás: Seleccionándolo vas a regresar a la pantalla anterior.



¿Qué es?: En cada sección y en la configuración hay un botón ¿Qué es? que lanza una ventana emergente con información de la misma. Vas a encontrar las utilidades de cada una y todo lo que contiene la misma.

O **Volvé a +SIMPLE:** Cuando ingreses a las aplicaciones que te ofrece +SIMPLE no te aparecerán los botones de “Inicio”, “Cerrar” o “Volver”. En este caso, para volver a la página inicial de +SIMPLE presioná sobre el botón circular que aparece en el centro de la parte inferior de la pantalla.

2 ELEMENTOS DE LA BARRA SUPERIOR

La barra superior es la misma en la Versión Básica y en la Versión Completa. A continuación te explicamos lo que significan todos los íconos, dibujos y botones que contiene la barra superior:



I. FECHA Y HORA MIÉRCOLES 29 JUNIO • 14:03

En la pantalla principal vas a encontrar arriba, en el centro, la fecha y la hora en formato día de la semana, fecha y mes.

A su vez, presionando ahí la aplicación accede a una ventana para mostrar el calendario. Para volver a la pantalla principal simplemente apretá el botón “Volver”.



II. CONEXIÓN A INTERNET/ WIFI



La primera vez que te vas a cruzar con el nombre “Wifi” va a ser cuando apenas prendas la tablet, luego de elegir la Versión Básica o la Completa. Tenés que elegir la red a la que te querés conectar.

El ícono/botón de Wifi está siempre a la vista en la barra superior, al lado de la Fecha y la Hora. Primero tenés que seleccionarlo con el dedo, y elegir Activar/Desactivar las redes inalámbricas de Internet.

Para activar el Wifi presioná el botón de “Activar”. Para desactivar el Wifi presioná el botón de “Desactivar”.



Una vez que está activado, conectate a la red Wifi disponible presionando con tu dedo. Seleccioná alguna de las redes disponibles para conectarte.

¿Cómo me conecto entonces a la red Wifi?

REDES ABIERTAS



Son redes que no poseen candado (por ende las puede usar cualquiera) al lado de la señal de Wifi. Para conectarte, presioná directamente sobre su nombre.



REDES PRIVADAS.....



Requieran de una contraseña para que te conectes. Tienen un candado sobre ellas. Para usarlas, presioná sobre la red, escribí la contraseña correspondiente en la ventana emergente y elegí “Conectar”.

RED MIRED

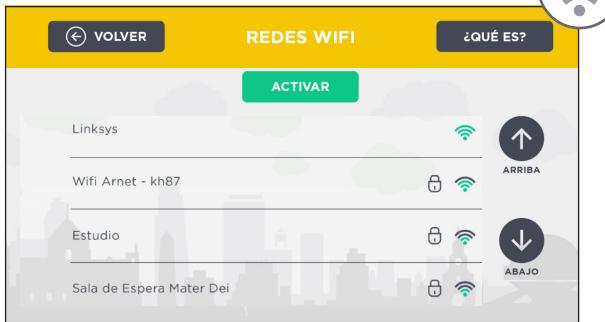
Seleccioná el recuadro y escribí la contraseña:

 VOLVER

CONECTAR



Cuando veas que el ícono de intensidad de la señal está en gris claro, es porque **no estás conectado a Wifi**



Cuando veas que está en gris oscuro, es porque
estás conectado



IMPORTANTE

La mayoría de las aplicaciones instaladas en tu tablet requieren de una conexión a Internet para funcionar.

Si no tenés Internet/Conexión en tu casa, podés solicitarlo con alguna operadora. Llamá al 147 para que te orienten cómo hacerlo. Si estás en un restaurante o café, podés preguntar si tienen Wifi y pedir el usuario y la contraseña.

INTENSIDAD DE LA SEÑAL

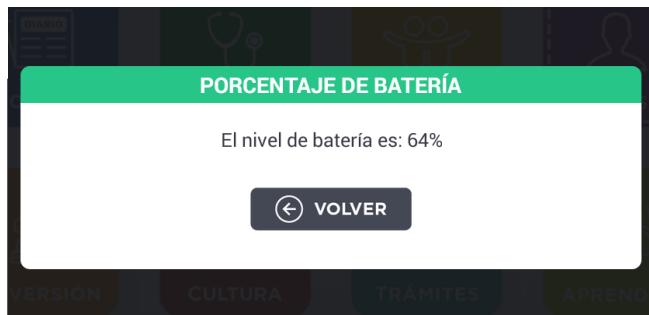
- +



Vas a ver el ícono de ondas de las redes con mayor o menor intensidad. Ésta indica el alcance que tenemos en esa red. Cuanto mayor sea, mejor va a ser tu conexión y la estabilidad de la señal.

III. BATERÍA

Esta funcionalidad te va a indicar el porcentaje de batería que le queda a tu tablet. Para volver a la pantalla principal apretá el botón “Volver”.



Carga completa



Carga media

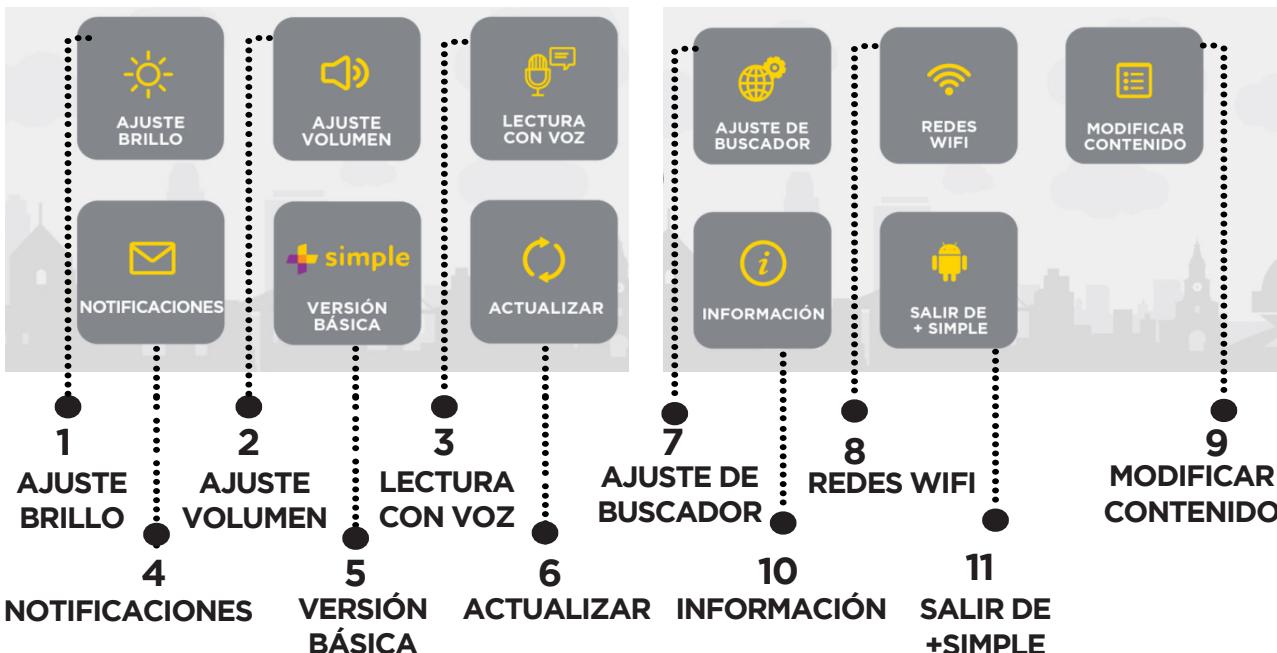


Carga muy baja

IV. CONFIGURACIÓN



Seleccionando el ícono de “Configuración”, se abre un Menú de opciones, para personalizar y adaptar la tablet según tus necesidades y preferencias. ¡Aprendé a hacerlo!



IV 1. AJUSTE BRILLO

Desde acá podés ajustar el brillo de la pantalla para mejorar hacer más visibles el texto y las imágenes. Hacelo presionando sobre los signos + o -, según tu preferencia. Para volver al Menú de Configuración apretá el botón “Volver”.

Ajustá el brillo de la pantalla para mejorar la legibilidad del texto y las imágenes. Tené en cuenta que el brillo alto consume una mayor cantidad de batería.



IV 2. AJUSTE DE VOLUMEN

Desde acá ajustá el volumen del dispositivo según tu conveniencia. Hacelo presionando sobre los signos + o -. Para volver al Menú de Configuración apretá el botón “Volver”.

Desde acá ajustá el volumen del dispositivo según tu preferencia con los signos "+" y "-".



IV 3. LECTURA CON VOZ

Esta funcionalidad te permite activar una voz que leerá lo que dicen los botones de +SIMPLE para ayudarte en su uso. Podrás activar o desactivar la opción de lectura con voz las veces que deseas, apretando los botones “Activar” o “Desactivar”.

Al activarse, la aplicación comenzará a leer todas las acciones que realices. Presionando una vez cualquiera de los botones de +SIMPLE, la voz lee. Presionando una segunda vez el mismo botón, se ejecuta la acción seleccionada.

La información existente en los botones “¿Qué Es?” será leída sin necesidad de presionarlos.

Si querés desactivar la voz, deberás volver a “Configuración”, “Lectura con voz” y presionar “Desactivar”. Para volver al menú de “Configuración” apretá el botón “Volver”.

LECTURA CON VOZ

Podés activar una Voz que leerá lo que dicen los botones de +SIMPLE para ayudarte. Para activar o desactivar la Voz, pulsá el botón "Activar" o "Desactivar".

ACTIVAR

VOLVER

IV 4. NOTIFICACIONES

Vas a encontrar y administrar los mensajes/notificaciones provistos por +SIMPLE.

VOLVER

NOTIFICACIONES

¿QUÉ ES?

ENVIADO POR: | ASUNTO: | FECHA:

Buzón de mensajes

Recibirás mensajes con:

- Información de la secretaría sobre actividades y eventos especiales para Adultos Mayores.
- Información de la plataforma.
- Información referida a los módulos de la plataforma.
- Novedades.

Cada vez que recibas un mensaje serás notificado a través de una ventana emergente que te dará la opción de ver el mensaje en ese momento o más tarde.

+Simple 2007/2016 link interno 1

RECIBISTE UN MENSAJE

DE: +SIMPLE
ASUNTO: ¡Bienvenidos!

¿ Querés leer el mensaje recibido ahora?

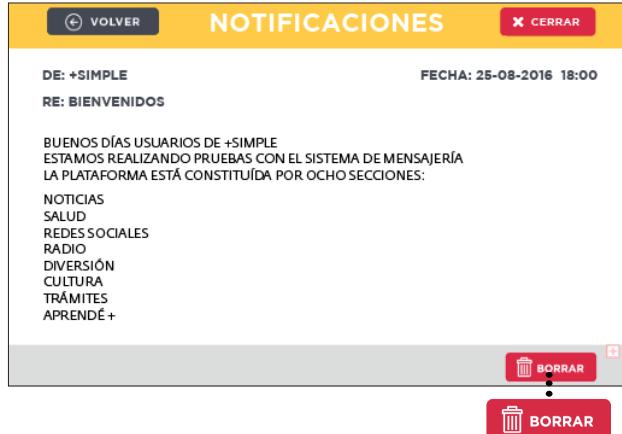
POSPOSTER **SI**

+Simple 2007/2016 texto plano 1

En caso de que elijas la opción posponer, podrás leerlo cuando quieras desde el “Buzón de mensajes”. Allí se almacenarán todos los mensajes, leídos y no leídos. Éstos últimos aparecerán con letra negrita.



Para abrir un mensaje deberás apretar sobre el mismo. Si dentro del mensaje te enviaron una dirección de una página de Internet o una referencia a otra pantalla de la aplicación, al presionarla te dirigirá a estos contenidos.



Una vez que accedas al mensaje, tendrás la opción de borrarlo. Para ello, deberás presionar el botón rojo “Borrar” que se encuentra en la parte inferior de la pantalla. Al hacerlo, se abrirá una ventana emergente con las siguientes opciones:

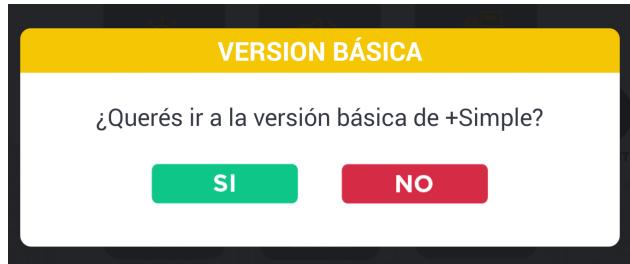
- **Sí:** Elimina definitivamente el mensaje.
- **No:** Regresa a la pantalla de “Buzón de mensajes”.

IV 5. +SIMPLE (VERSIÓN BÁSICA Y COMPLETA)

La primera vez que prendiste +SIMPLE, se te preguntó qué versión deseabas utilizar. Si elegiste la versión completa, podés pasar a la versión básica desde este ícono, y si elegiste la versión básica y querés pasar a la versión completa, también lo haces desde acá.

Versión básica

Para acceder a la versión básica, entrás a “Configuración”, elegís con el dedo “Versión básica”, y se te abrirá el siguiente cartel:



Si elegís la opción “SI” pasarás a ver la versión básica. Recuerda presionar “Inicio” para volver a la pantalla inicial de +SIMPLE y ver el cambio. Si elegís “NO”, vas a permanecer en la versión que estás.

Versión completa

Para pasar a esta versión deberás presionar el botón de “Versión completa” en la pantalla de “Configuración”, y seleccionar “SI” para confirmar el cambio.

IV 6. ACTUALIZAR

Desde esta funcionalidad tendrás la posibilidad actualizar +SIMPLE. Esto ayudará a que tu tablet funcione correctamente y no te pierdas la última versión de la aplicación, que puede incluir funciones nuevas. Al presionar, te avisa si hay actualizaciones disponibles o no. En el caso de existir una actualización, te dará a elegir entre las siguientes opciones:

- Sí:** Descarga y realiza la actualización.
- Posponer:** La aplicación te avisará nuevamente una vez al día sobre la actualización hasta que decidas realizarla. De todos modos, cada vez que haya actualizaciones disponibles vas a recibir una notificación para alertarte de la misma.

IV 7. AJUSTE DE BUSCADOR

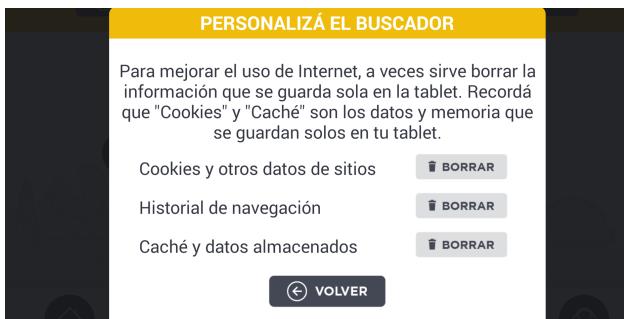
Para mejorar el uso de Internet, a veces sirve borrar la información que se guarda sola en la tablet.

Desde acá podrás eliminar las “Cookies”, el historial de navegación y/o los “Caché”, que son los datos que se guardan de forma automática en las tablets. Para borrarlos vas a tener las siguientes opciones:

- Borrar historial:** Va a eliminar el historial que generan las búsquedas y los accesos a sitios dentro del navegador.
- Borrar caché:** Va a eliminar el caché que generan las búsquedas y los accesos a sitios dentro del navegador. El caché es el área de almacenamiento dedicada a la recuperación de datos. Borrando su contenido vas a tener más espacio libre en tu tablet.

-Borrar Cookies y otros datos de sitios: Va a eliminar las cookies generadas por las búsquedas y los accesos a sitios dentro del navegador. Las cookies contienen información de un sitio web que queda almacenada en el navegador y ocupa espacio dentro del almacenamiento de la tablet.

Seleccioná la opción que deseas borrar. Para no proceder con la acción, presioná en “Volver”, y te redirigirá al menú de configuración.



IV 8. REDES WIFI

Desde acá podés conectarte a Wifi y elegir las redes disponibles. Buscá alguna red para conectarte e ingresá la contraseña correspondiente.

En la sección “Elementos de la barra superior - CONEXIÓN A INTERNET/WIFI” te explicamos cómo conectarte.

IV 9. MODIFICAR CONTENIDO

Seleccionando “Modificar contenido” vas a poder elegir qué secciones ver u ocultar de +SIMPLE, y qué contenido ver en cada sección. ¡Esto te permitirá personalizar +SIMPLE para dejar visible lo que más te interesa!

¿Cómo se hace?

Ingresás a la opción de “Modificar contenido”. Una vez allí, te aparecerán todas las Secciones de la aplicación.

1- Deberás presionar “Configurar” en el botón que corresponde a la sección que deseás modificar. Te aparecerá primero en el listado, en letra negrita, la Sección seleccionada y podrás presionar “Activo” (seguirá viéndose esta sección en tu tablet) o “Inactivo” (desaparecerá esta Sección de tu tablet).

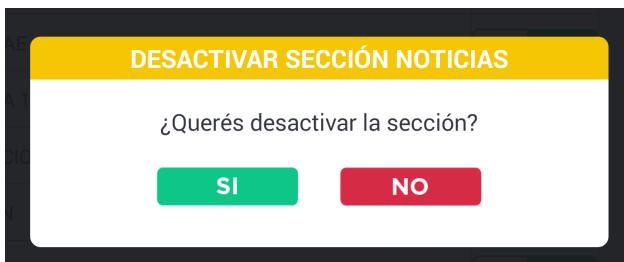
2- Debajo de la sección principal aparecerán todos los contenidos que están dentro de esa categoría. Podrás realizar la misma acción que en el paso anterior para activar o desactivar cada uno de estos contenidos.

Si querés continuar modificando otras secciones, deberás presionar “Volver” y serás redirigido a la pantalla principal de “Modificar Contenido”.

Una vez modificadas las secciones y los contenidos dentro de la aplicación, te aparecerá una ventana emergente que te preguntará si querés guardar los cambios realizados. Deberás seleccionar “SI” o “NO”.



Una vez modificadas las secciones y los contenidos dentro de la aplicación, te aparecerá una ventana emergente que te preguntará si querés guardar los cambios realizados. Deberás seleccionar “SI” o “NO”.



IV 10. INFORMACIÓN

Aquí vas a encontrar información de la plataforma +SIMPLE. Te informará la versión de software que tenés instalada.



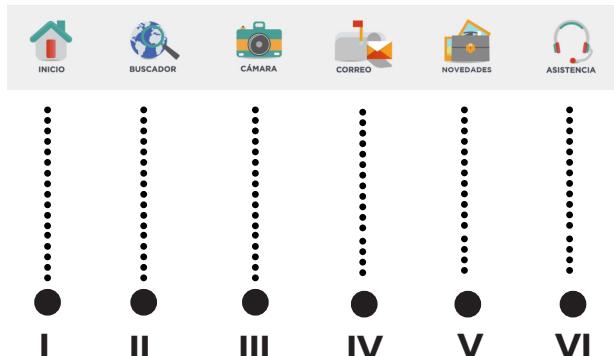
IV 11. SALIR DE +SIMPLE

Esta opción te permite salir del sistema operativo +SIMPLE, redireccionándote al sistema Android, original de la tablet. Para acceder, tendrás que apretar la opción Si.



3 ELEMENTOS DE LA BARRA INFERIOR

La aplicación posee una barra de navegación inferior que se mantendrá visible mientras estés en la pantalla.



I. INICIO

Te va a conducir a la Pantalla Principal.



II. BUSCADOR

ELEMENTOS DEL NAVEGADOR

1 Atrás

El navegador retrocede una página.

2 Adelante

El navegador avanza una página.

3 Barra de direcciones

El navegador posee una barra de direcciones donde vas a poder escribir la dirección de Internet que quieras manualmente, o buscar un contenido como si fuera la barra de buscador de Google.

4 Ir

Está dentro de la “Barra de direcciones”. Escribiendo en la misma, encontrarás el botón “IR” para dirigirte a la dirección que escribiste.

5 Actualizar

Está dentro de la “Barra de direcciones”. Cuando te encuentres navegando o buscando en un sitio vas a encontrar éste botón para refrescar la pantalla actual.

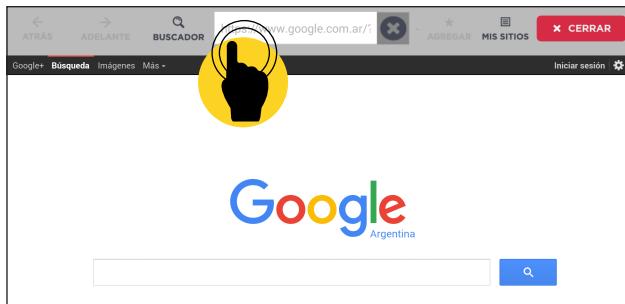
6 Guardar/Quitar

Apretando el botón “Guardar”, el navegador guarda el sitio actual en una lista de sitios guardados. Cuando no necesites más ese sitio en la lista, con el botón “Quitar” lo eliminás del listado de sitios guardados.

7 Mis sitios

Si apretás “Mis sitios” se va a abrir una ventana donde van a estar todos los sitios que guardaste como preferidos.

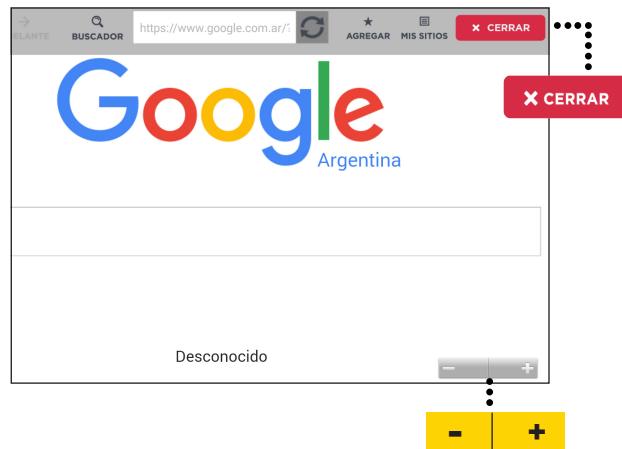
El buscador o navegador es el acceso a Internet de la tablet +SIMPLE. Apenas entres, accederás al buscador de Google, y podrás hacer las búsquedas de lo que quieras. Además, desde el buscador podés ingresar a la página o sitio de Internet que quieras.



Alejar: Para reducir el tamaño del contenido del sitio, apretá el botón “-” que se encuentra en el margen inferior derecho. El mismo, realizará un zoom hacia afuera.

Acercar: Para aumentar el tamaño del contenido del sitio, apretá el botón “+” que se encuentra en el margen inferior derecho, al lado del botón de alejar. El mismo, realizará un zoom hacia adentro.

Cerrar: Presionando el botón “Cerrar” vas a dirigirte a la pantalla en la que estabas antes de ingresar al navegador.



III. CÁMARA

Seleccionando el ícono de Cámara vas a acceder a las funcionalidades de la cámara de fotos del dispositivo.

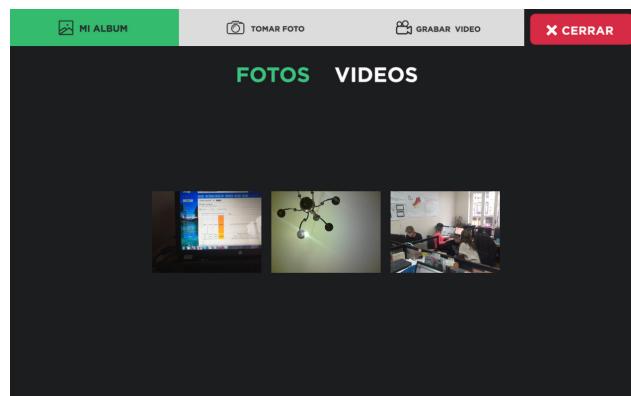
Vas a tener tres opciones en la barra superior:

- MI ÁLBUM
- TOMAR FOTO
- GRABAR VIDEO



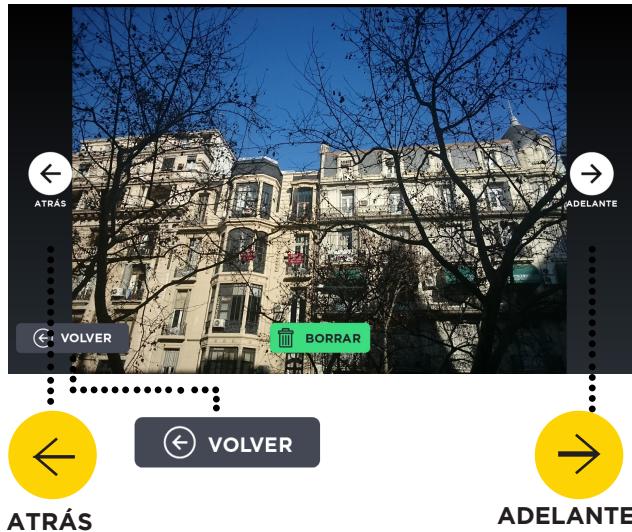
III 1. MI ÁLBUM

Desde esta sección, vas a poder acceder al listado de fotografías y videos que capturaste dentro de la aplicación. Se mostrarán como miniaturas de las capturas, ordenadas de más recientes a más antiguas.



Seleccionando una de las miniaturas, se accede a la foto o a la reproducción de video en una ventana emergente con opciones:

- Adelante:** Mirá la siguiente foto que sacaste.
- Atrás:** Mirá la anterior foto que sacaste.
- Volver:** Volvé a la pantalla de Mi Álbum.



Presionando “Borrar” te habilita la opción de seleccionar una de las miniaturas para eliminar del Álbum y de la memoria del dispositivo.

Una vez realizada esta opción, vas a ver una pantalla emergente preguntando si estás seguro de realizar esa acción.

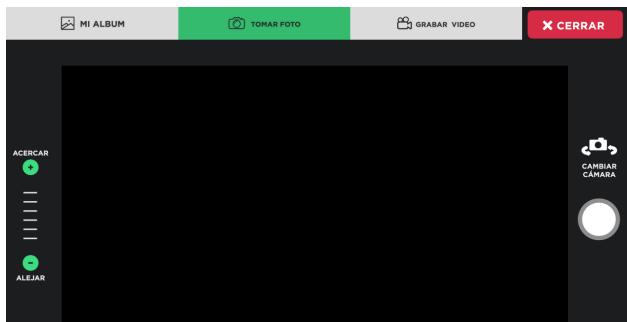


Para irte del módulo Cámara, seleccioná el botón “Cerrar”, te vas a dirigir a la pantalla en la que estabas antes de entrar al módulo. Esto lo podrás hacer desde: Mi Álbum, Tomar Foto o Grabar Video.

III 2. TOMAR FOTO

Al ingresar al módulo, la opción preseleccionada va a ser la de “Tomar Foto”, donde la aplicación abrirá la funcionalidad de captura de fotografías.

Presionando el disparador de la cámara, toma la fotografía y la almacena en Mi Álbum. Una vez almacenada, la cámara volverá a habilitarse para continuar la captura de otras fotos.



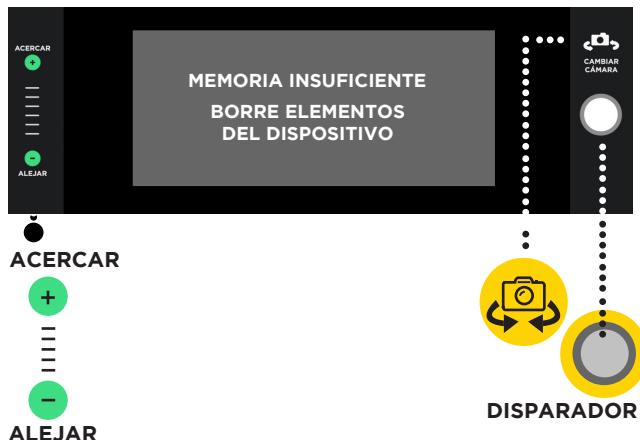
III 3. GRABAR VIDEO

Seleccionando la opción de Grabar Video, en el extremo inferior del módulo Cámara, la aplicación abrirá la funcionalidad de captura de video.

De existir un eventual problema por falta de espacio en la memoria del dispositivo, la fotografía no se almacenará y la aplicación te va a alertar mediante un mensaje en una ventana emergente. Recordá que podés borrar tus fotos y videos desde Mi Álbum para volver a tener espacio.

Al presionar el disparador de la cámara, empieza la captura del video hasta que vuelvas a presionarlo para finalizar la acción. Una vez finalizado, se va a almacenar en Mi Álbum. Ya almacenado, la cámara va a volver a habilitarse para continuar la captura de otros videos.

Existe un indicador de tiempo transcurrido desde que se inicia la grabación de videos. De existir un eventual problema por falta de espacio en la memoria del dispositivo, el video no se almacenará y la aplicación te va a alertar por medio de un mensaje en una ventana emergente. Recordá que podés borrar tus fotos y videos desde Mi Álbum para volver a tener espacio. Tené en cuenta que los videos ocupan más memoria que las fotos.



Podés tomar fotos con la cámara frontal del dispositivo y con la cámara trasera.

Para gestionarlo presioná el botón a la derecha de “cambiar cámara”, para utilizar la que necesites en ese momento.

A la izquierda de la cámara vas a encontrar los botones para alejar y acercar la foto. Con el signo + te acercás, y con el signo - te alejás.

IV. CORREO

Desde aquí vas a acceder a tu correo electrónico de Gmail, desde donde podés enviar y recibir mensajes.

La primera vez que ingreses te pedirá que escribas tu usuario y contraseña para iniciar sesión, luego ingresarás directo al buzón de mensajes sin tener que colocar estos datos.

Si no tenes una cuenta de Gmail, al final de este manual te explicamos cómo crearte una.

V. NOVEDADES

Aquí podrás ingresar a la sección de +Simple Novedades en la que encontrarás artículos sobre salud, tecnología y mucho más.

The screenshot shows the official website of the City of Buenos Aires (www.buenosaires.gob.ar). The top navigation bar includes links for 'ATRAS', 'AVANTAGE', 'BUSCADOR', 'AGREGAR MIS SITIOS', and 'CERRAR'. Below the header, there's a search bar and a link to the website's address. The main content area features a banner for '+Simple Novedades' with the subtext 'Encontrá acá las últimas novedades de todas las secciones.' It includes social media sharing icons for Facebook, Twitter, and Google+. Below the banner, there are three cards: 'ENFERMEDADES QUE SE ACENTUAN CON EL FRÍO', '¿QUÉ SIGNIFICA LA PALABRA VIEJO?', and 'TIEMPO PARA DAR'. Each card has a small 'simple' logo icon. On the left sidebar, there are links for '+Simple Noticias', '+Simple Consejos', '+Simple Salud', '+Simple Ejercicios', '+Simple Tecnología', 'Relaciones Intergeneracionales', 'Protección contra el Abuso y Maltrato', and 'Asistencia al Adulto Mayor GBCA'. A cartoon character icon is also present.

VI. ASISTENCIA

Acá vas a encontrar los teléfonos de emergencia más importantes, los números de contacto para la realización de trámites y reclamos.

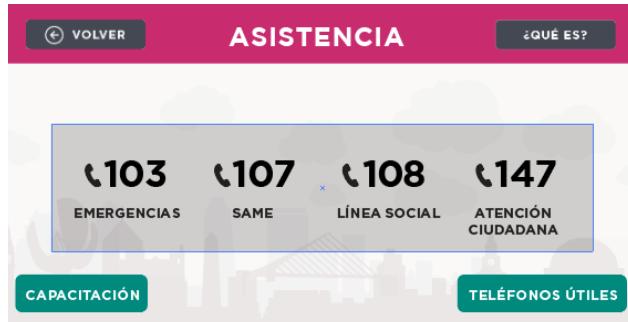
También podrás encontrar información de las Aulas Digitales que funcionan en la ciudad.

Cuando selecciones “Asistencia”, vas a tener 2 opciones:

Capacitación: Te va a dirigir al listado de Aulas Digitales, que son puntos de intercambio y de aprendizaje, donde se brindan cursos gratuitos para Adultos Mayores. Se encuentran distribuidas en distintos lugares de la Ciudad de Buenos Aires.

Teléfonos útiles: Vas a acceder a los números telefónicos más importantes para trámites habituales y casos de emergencia.

Con el botón “Volver”, vas a dirigirte a la página anterior.



4 SECCIONES

Las secciones son los íconos que aparecen en el inicio de la aplicación.

Cada sección tiene un “¿Qué Es?”. Cuando lo seleccionás vas a ver una ventana emergente con información sobre qué es y cómo funciona.

También encontrarás la opción “Volver” que te permitirá regresar a la pantalla de inicio, para poder seguir navegando.

CULTURA	I
DIVERSIÓN	II
REDES SOCIALES	III
MIS COSAS	IV
NOTICIAS	V
TRAMITES	VI
RADIO	VII
SALUD	VIII

I. CULTURA

Desde acá vas a poder ver la Agenda Cultural de la Ciudad y tener acceso directo a la página de cultura y turismo.

Presioná con el dedo la actividad cultural que quieras realizar o conocer; te va a redireccionar a la página web que tenga la información.



II. DIVERSIÓN

Acá vas a encontrar aplicaciones para entretenerte en tu tiempo libre.

Allí podrás elegir entre diferentes aplicaciones de juegos, páginas de internet para mirar series y programas de televisión actuales. También tendrás acceso a una aplicación para leer libros y podrás escuchar música.



III. REDES SOCIALES

Acá están todas las redes sociales juntas para acceder con más facilidad a ellas. Podés seleccionar con el dedo la red social que quieras utilizar. Tenés para elegir Facebook, Skype, Instagram, Twitter, Pinterest, Youtube, etc.



IV. MIS COSAS

Vas a encontrar tu cuenta de e-mail, mapas y más utilidades para tu día a día. Seleccioná apoyando el dedo la aplicación que quieras utilizar. **Acá vas a encontrar ayuda y tutoriales para tus actividades preferidas.** Tenés disponible el manual de uso de la aplicación y distintos tutoriales para hacerte la vida más fácil. Seleccioná con el dedo el tutorial que quieras ver, o si lo necesitás, el manual en su versión digital.

V. NOTICIAS

Acá vas a encontrar diarios y revistas nacionales e internacionales. Seleccionando el diario o revista que deseas leer, vas a ir a la página web del mismo.



VI. TRÁMITES

Desde acá podés realizar trámites, consultas y reclamos. Vas a tener disponible las páginas de distintos organismos que te permiten realizarlos online. Seleccioná entre los organismos de gobierno que quieras visitar; aplicaciones para moverte más fácil por la ciudad o para hacer reclamos.



VII. RADIO

La aplicación cuenta con un módulo para poder escuchar radios en línea.

Cuando entrás a éste vas a encontrar una lista de emisoras y la opción para seleccionar entre radios AM o FM.

Si querés escuchar una emisora FM seleccioná sobre el botón y vas a encontrar el listado de radios. Presioná sobre la que más te guste y empezá a escuchar. Para escuchar una emisora AM, hacé lo mismo, vas a poder elegir la que prefieras.

Para ver la lista de radios completa asegurate de presionar sobre los botones de "Atrás" y "Adelante" para no perderte ninguna emisora.

La estación que está activa va a estar en el centro del dial.



Cuando está encendida vas a ver el botón de encendido verde, y cuando esté apagado, rojo.



Una vez seleccionada la radio vas a entrar a otra página, donde podrás controlar el volumen, ver si está encendida o apagada o cambiar a la siguiente radio de la lista de emisoras.

Cuando salgas del módulo Radio y vuelvas a entrar, vas a escuchar la misma emisora que escuchaste en la última sesión.

El ícono de la sección Radio de la Pantalla Principal te va a mostrar que la radio está encendida.



Una vez encendida la radio, vas a poder dejarla activa y realizar otras tareas en la aplicación.

Cuando deseas seguir escuchando la radio y realizar otra tarea, salí del módulo Radio con el botón "Cerrar". Vas a ver una ventana emergente, donde vas a tener dos opciones: "SI" para cerrar y dejar la radio encendida y "NO" para cerrar y apagar la radio.

LA RADIO SIGUE ENCENDIDA

¿Querés seguir escuchando la radio mientras hacés otras cosas en la tablet?

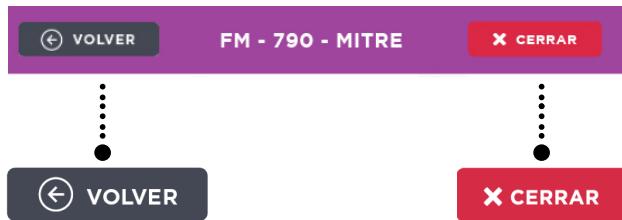
SI

NO

Para apagar la radio, una vez encendida, seleccioná el botón "Apagado", dentro del módulo de Radios.

El botón de encendido se pondrá de color rojo.

Presionando el botón “Cerrar” vas a dirigirte a la pantalla principal de la sección de radios.



VIII. SALUD

Acá vas a encontrar información y herramientas para una vida más saludable.

Podés encontrar un pastillero para organizar tus medicamentos; información sobre diferentes hospitales, centros de salud y obras sociales; y sacar turnos para tus consultas médicas.

Seleccioná con el dedo si querés organizar tu pastillero, pedir turnos y recibidas, o visitar la página de tu prepaga u obra social.



VIII 1. PASTILLERO

Esta aplicación tiene como objetivo ayudarte a recordar la ingesta de tus medicamentos mediante notificaciones en la plataforma. Una vez que entraste a la sección Pastillero te vas a encontrar en la pantalla principal:



En la pantalla principal de la aplicación se presenta un listado de tus medicamentos ingresados. El objetivo es presentarte de una forma sintética y simple la toma que debés realizar el día de la fecha.

El listado posee las siguientes columnas:

- Nombre: Es el nombre del medicamento a tomar.

-Dosis: La cantidad de medicamento que debés tomar.

- Hora: La hora en que tenés que tomar el medicamento. Vas a ver en el listado el primer medicamento que te toca tomar, según la hora.

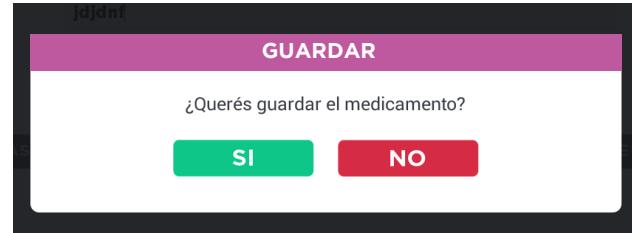
-Días: Los días que te corresponde tomar el medicamento.

Una vez ingresados los datos de esta columna vas a poder borrar o cambiar estos con los botones “Borrar” y “Cambiar”.

- Agregar remedio: Desde esta columna vas a poder ingresar nuevos medicamentos.



The screenshot shows the 'PASTILLERO' app's 'AGREGAR REMEDIO' screen. At the top left is a 'VOLVER' button. The title 'PASTILLERO' is centered above a section titled 'AGREGAR REMEDIO'. Below this is a text input field with the placeholder 'Presione para escribir'. To the left of the input field is a button labeled '+ AGREGAR HORA'. At the bottom are two buttons: '¿QUÉ DÍAS LO TENÉS QUE TOMAR?' and '¿QUÉ DOSIS TENÉS QUE TOMAR?'. A large green 'GUARDAR' button is at the bottom right.



En esta pantalla vas a agregar los datos del nuevo medicamento.

Ingresá el Nombre, escribiéndolo donde dice “Presione para escribir el nombre”.

Cuando quieras agregar la hora, te va a surgir una nueva ventana emergente donde podés elegirla. Una vez elegida vas a tener la opción de guardar o borrar los cambios.

Una vez guardado vas a volver a la pantalla de “Aregar remedio”, donde vas a elegir qué día vas a tomar el medicamento, seleccionando el botón “¿Qué días lo tenés que tomar?”. Se abrirá una nueva ventana emergente con las opciones de días.

The screenshot shows a 'ELEGIR HORA' (Choose Hour) dialog box. At the top center is the title 'ELEGIR HORA'. Below it is a grid labeled 'HORA' with columns from 00 to 11 and rows from 12 to 23. The number 8 is highlighted in purple. Below the grid are four buttons: 'EN PUNTO' (gray), 'Y CUARTO' (purple), 'Y MEDIA' (gray), and 'Y 45 MINUTOS' (gray). At the bottom are two buttons: 'GUARDAR' (gray) and 'BORRAR' (gray).

ELEGIR DÍA

Presioná sobre el día.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	

GUARDAR **BORRAR**

ELEGIR DOSIS

Presioná sobre la dosis a tomar.

UN CUARTO	MEDIA	UNA ENTERA	UNA Y MEDIA	DOS
-----------	-------	------------	-------------	-----

GUARDAR **BORRAR**

Tené en cuenta que vas a poder elegir más de un día. Una vez que terminaste, tenés la opción de “Guardar” o “Borrar”.

Vas a volver a la pantalla “Agregar remedio”, donde te toca elegir la dosis del medicamento, seleccionando sobre “Elegir dosis”. Va a surgir una nueva ventana, en donde tenés cinco opciones de medidas del medicamento.

Una vez elegida la dosis podés “Guardar” o “Borrar”. Vas a volver a la pantalla “Agregar remedio”.

AGREGAR REMEDIO

¿Desea guardar los cambios?

SI **NO**

Vas a volver a la pantalla de “Mis remedios”, donde vas a ver los datos que acabás de ingresar.

MIS REMEDIOS				
NOMBRE	DOSIS	HORA	DÍAS	+ AGREGAR REMEDIO
PASTILLA 1	UN CUARTO	7:00	LU, MA, MIE	BORRAR CAMBIAR
PASTILLA 2	UNA ENTERA	10:00	LU	BORRAR CAMBIAR
PASTILLA 3	UNA MEDIA	11:30	TODOS	BORRAR CAMBIAR
PASTILLA 4	UN CUARTO	12:00	MA, MIE	BORRAR CAMBIAR



Para regresar a la misma pantalla en donde seleccionaste el Pastillero seleccioná “Volver”. Para salir del pastillero seleccioná “Cerrar”. Cuando sea la hora de tomar el medicamento, vas a ver en la pantalla de la tablet una nueva ventana emergente, donde vas a ver el nombre y la dosis del medicamento a tomar.

Si tomaste el medicamento seleccioná el botón “Sí”, va a cerrar la pantalla y volver a la sección que estabas.

Si no lo podés tomar en ese momento y querés que te lo vuelva a avisar en unos minutos ingresá “Postergar”.



E INSTALACIÓN DE E APLICACIONES

1 CUENTA EN GMAIL

Para utilizar Gmail, es necesario que primero crees una cuenta en Google, es gratis y muy fácil.

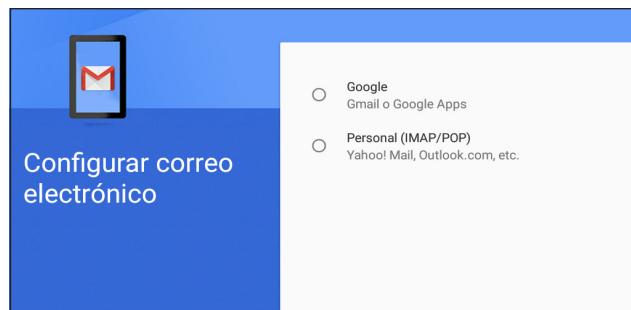
Antes de empezar asegurate de estar conectado al Wifi. Ahora sí, desde la pantalla inicial ingresá a la sección “Mis Cosas” y presioná sobre el ícono de Gmail.

Vas a ver una página de bienvenida, donde tenés que marcar la opción “Entendido”.

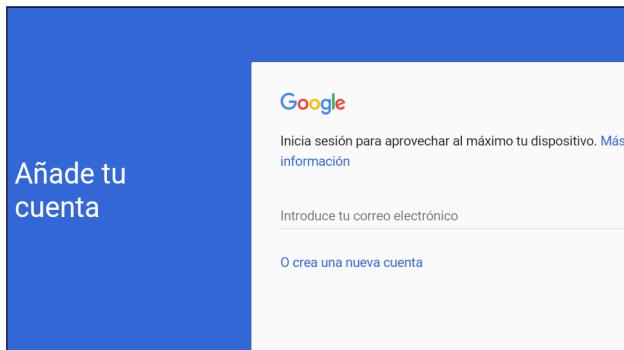


Presioná “Añadir una dirección de correo electrónico”.

Seleccioná la opción de Google y luego el botón que dice “Siguiente”.

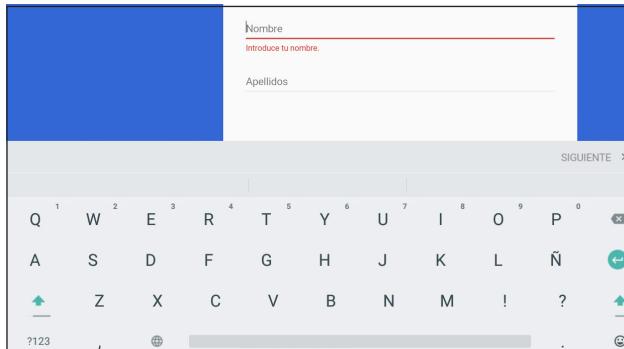
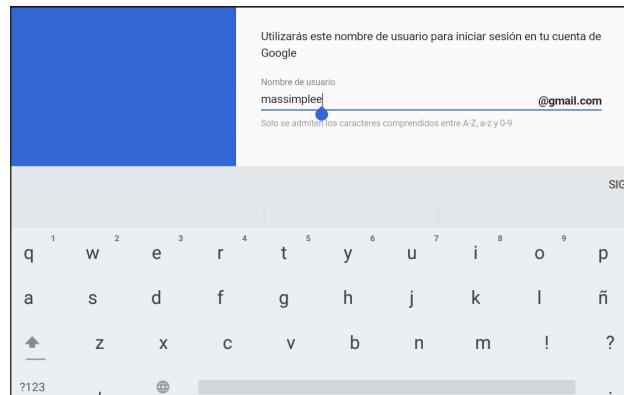


A continuación pulsá “Crea una nueva cuenta” o introducí tu dirección de correo si ya tenés una cuenta de Gmail previa.

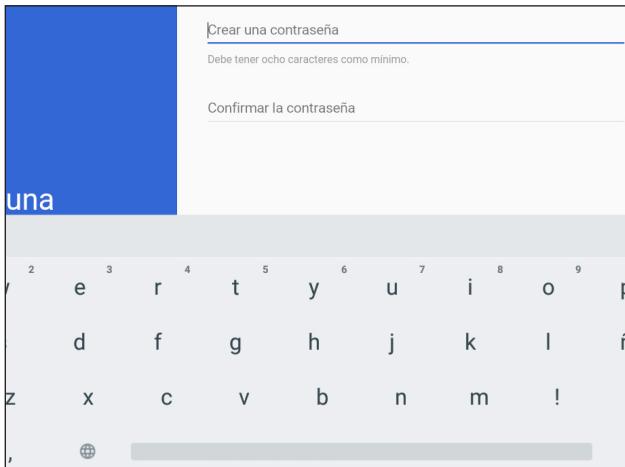


Si no tenés una cuenta, completá el formulario con tus datos y cuando termines seleccioná “Siguiente”.

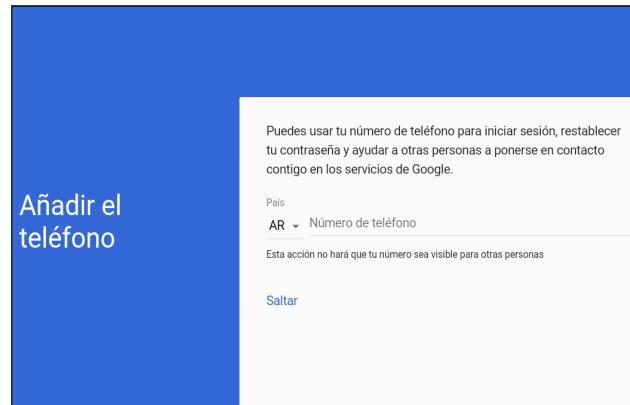
Definí cuál va a ser tu dirección y nuevamente presioná “Siguiente”.



Creá una contraseña, ingresala nuevamente para verificar y pulsá “Siguiente”. No te olvides de anotártela junto a tu nombre de usuario en la sección “Mis contraseñas”, al final del manual.

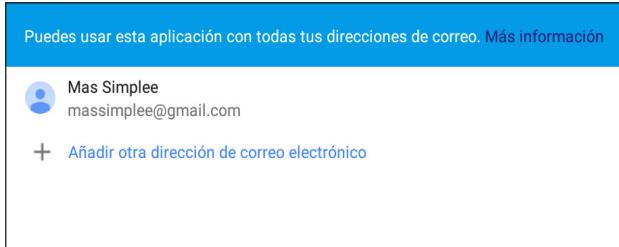
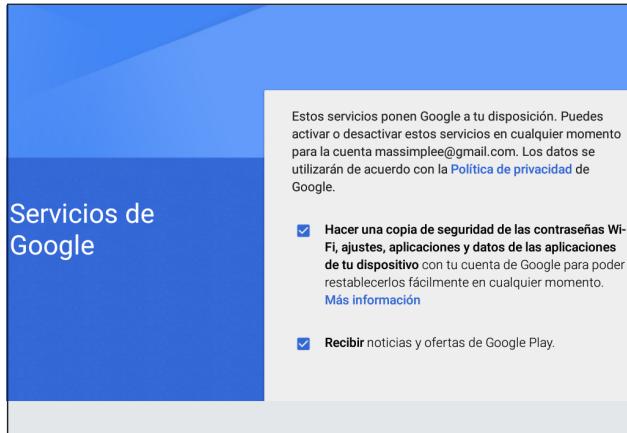


Ingresá tu número de teléfono celular para iniciar sesión. Esto puede ser útil en caso de que pierdas tu contraseña o necesites ayuda con los servicios de Google, pero si preferís, podés omitir esta opción seleccionando “Saltar”.



Deberás aceptar las Condiciones de Servicio y la Política de Privacidad de Google presionando “Acepto”. Ahora pulsá sobre la opción “Siguiente”. El sistema te preguntará si querés hacer una copia de seguridad de tus contraseñas y recibir noticias y ofertas de la tienda de Google.

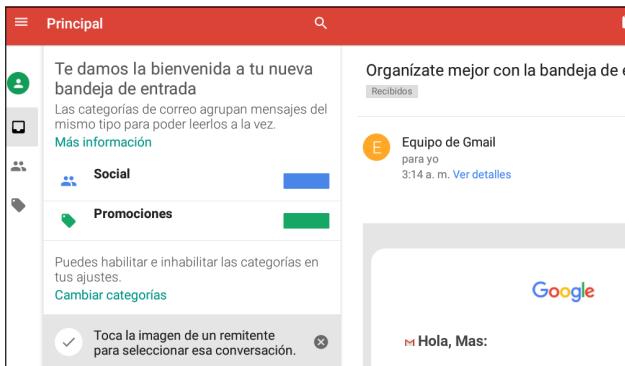
Seleccioná la opción deseada en ambos casilleros y presioná “Siguiente”.



Para enviar un email, presioná sobre el círculo rojo con un lápiz, ingresá la dirección a quién se lo querés mandar, un título o asunto y escribí el correo. Cuando termines seleccioná el botón con la flecha hacia la derecha, que se encuentra en la barra de arriba. ¡Y listo!

Ahora podrás entrar a tu cuenta de mail seleccionando “Ir a Gmail” en el campo indicado.

¡Ya estás en tu cuenta!



2 REDES SOCIALES

Desde la sección “Redes Sociales” podrás descargar diferentes aplicaciones: Facebook, Youtube, Pinterest, Instagram y Twitter, entre otras.

En esta sección te enseñaremos a crear tu cuenta en la aplicación de Facebook:

1. FACEBOOK

Página de inicio: Luego de descargarla, al presionar sobre la aplicación deberás aceptar las condiciones de uso de Facebook y su política de datos. Cualquier persona puede hacerse miembro de Facebook, lo único que necesitás es una dirección de correo electrónico.

Para registrarte deberás ingresar los siguientes datos:

-Correo Electrónico -Nombre y Apellido - Fecha de Nacimiento -Sexo

Elige una contraseña. Recordala y no se la entregues a nadie. Protegé tu contraseña para evitar que extraños entren a tu cuenta. Acordate de anotarla en la sección “Mis Contraseñas”.

¡Registro completo! ¡Ya creaste una cuenta de Facebook! A continuación, Facebook te propondrá agregar cierta información adicional en tres pasos para hacer un mejor uso de la cuenta.

Primer Paso: Agregá una foto de perfil. Subí a Facebook una foto tuya directamente desde “Mi Álbum” para que tus Amigos te puedan reconocer. Recordá que podés cambiar la foto en cualquier momento.

¿Qué es la foto de perfil?

La foto de perfil es la foto principal que aparece en tu biografía. Aparecerá en miniatura junto a tus comentarios y otras actividades que realices.

1- Seleccioná a tus amigos en Facebook.

Agregá amigos en Facebook para una mejor experiencia.

Se puede colocar la cuenta de mail con la que nos registramos para agregar amigos o simplemente saltar este paso haciendo click en el botón “Omitir”.

2- Confirmá tu correo electrónico.

Este paso es importante para evitar complicaciones en el futuro y es sencillo de realizar. Para “confirmar” deberás ingresar a la casilla del correo con el que te registraste y abrir el correo que te envió Facebook. Al abrirlo encontrarás un enlace. Si hacés click sobre el mismo se abrirá en una nueva pestaña la página de Facebook, activándose el perfil.

MIS CONTRASEÑAS

Acá vas a poder escribir tus usuarios y contraseñas para que tengas toda esta información en un solo lugar.

Recordá anotar todas las contraseñas que le hayas puesto a tus cuentas.

Gmail

Nombre de Usuario
Contraseña

Facebook

Nombre de Usuario
Contraseña

Skype

Nombre de Usuario
Contraseña

Instagram

Nombre de Usuario
Contraseña

Twitter

Nombre de Usuario
Contraseña

Redaccion Manual +Simple

Catalan Berce, Gregorio

Coccimiglio, Micaela

Coloma, David

Montenegro, Guadalupe



MANUAL DE USO



Buenos Aires Ciudad

