

# Manual d'ús del Fòrum Virtual SOLMEVIS2-FECEC

En aquest manual us presentem les funcions bàsiques per a participar en el Fòrum.

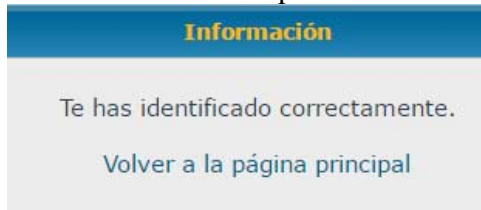
1. Un vegada hagis rebut el correu en anglès “*You have been added to QUALIVIDA*” amb l’usuari i contrasenya, clica aquí:



2. Introdueix l’usuari i contrasenya que t’hem facilitat i clica a “Identificarse”:



3. El sistema et dirà que t’has identificat correctament:



## **JA ESTÀS DINS DE L'ESPAI DEL FÒRUM QUALIVIDA!**

4. Dins del Fòrum Qualivida, trobaràs el FORO en el que podràs participar anomenat: *Fòrum Projecte Qualivida2-FECEC*. Dins d’aquest FORO, pots trobar diferents “*Temas*” i “*Mensajes*”. Per accedir als Temas i/o Mensajes, cal que accedeixis al *Fòrum Projecte Qualivida2-FECEC*, clicant a sobre.



5. Un cop hagis accedit al *Fòrum Projecte Qualivida2-FECEC*, trobaràs diferents temes oberts (i altres que s'aniran obrint) en els que pots participar, relatius a diferents temàtiques que poden ser del teu interès, com per exemple *Dietes i hàbits alimentaris*.  
a) Per accedir-hi i poder fer alguna aportació o llegir els missatges dins d'aquesta temàtica nomé cal que cliquis sobre del tema en el que vols participar.

Apareixerà una finestra on trobaràs els missatges relatius a aquesta temàtica. Si vols respondre o fer alguna aportació dins d'aquesta temàtica, cal que cliquis “**Publicar Resposta**”

Per escriure el teu missatge, omple i escriu sobre l'espai i clica a “ENVIAR”:

Publicar una respuesta

Asunto: Re: Prova alimentacio sana

Cuerpo del mensaje:  
Introduce tu mensaje aquí, no puede tener más de 60000 caracteres.

Emoticonos

HAS D'ESCRUIRE EN AQUEST ESPAI. |

Opciones:

- Deshabilitar BBCode
- Deshabilitar emoticonos
- No convertir automáticamente las URLs
- Adjuntar firma (las firmas se pueden modificar en el Panel de Control de Usuario)
- Enviarme un email cuando un mensaje es respondido

Vista previa **Enviar** Guardar borrador Cancelar

b) En el cas que vulguis obrir un nou tema de debat, només cal que cliquis en “Nuevo tema”

QUALIVIDA

Desconectarse [ eparom ] 0 mensajes privados

Tu última visita fue: Jue Feb 23, 2017 6:41 pm

Buscar temas sin respuesta | Ver temas activos

Ver mensajes no leídos | Buscar mensajes nuevos | Buscar tus mensajes

Dietes i hàbits alimentaris

nuevo tema publicar respuesta Página 1 de 1 [ 1 mensaje ]

Suscribir Tema | Agregar tema a Favoritos | Imprimir vista | Email a un amigo

Tema previo | Siguiete tema

| Autor   | Mensaje  |
|---|--|
| eparom  | Asunto: Dietes i hàbits alimentaris  |
| Registrado: Mar Ene 17, 2017 3:37 am<br>Mensajes: 2 | Aquest tema està creat per a que compartim el nostre coneixement en relació a una alimentació saludable. Consideres que la teva alimentació és saludable? Per què? |

Arriba

Mostrar mensajes previos: Todos los mensajes Ordenar por Fecha publicación Ascendente Ir

nuevo tema publicar respuesta Página 1 de 1 [ 1 mensaje ]

Apareixerà la següent finestra on cal escriure el títol del Tema, el cos del missatge, i cliquis “Enviar”:

Publicar un nuevo tema

Asunto:

Cuerpo del mensaje:

Opciones:

- Deshabilitar BBCode
- Deshabilitar emoticonos
- No convertir automáticamente las URL
- Adjuntar firma (las firmas se pueden modificar en el Panel de Control de Usuario)
- Enviarme un email cuando un mensaje es respondido

Vista previa **Enviar** Guardar borrador Cancelar

Al cap d'uns segons podràs veure el nou tema publicat:

QUALIVIDA

Desconectarse [ eparom ] | 0 mensajes privados

Tu última visita fue: Jue Feb 23, 2017 6:41 pm

Fecha actual: Jue Feb 23, 2017 7:04 pm

Activitat Física i Esport

nuevo tema publicar respuesta **Página 1 de 1** [ 1 mensaje ]

Suscribirse Tema | Añadir tema a Favoritos | Imprimir vista | Email a un amigo

| Autor  | Mensaje  |
|--------|--|
| eparom | Asunto: Activitat Física i Esport<br>En aquest espai podem compartir les nostres inquietuds en relació al seguiment d'un estil de vida actiu |

Registrado: Mar Ene 17, 2017 3:37 am  
Mensajes: 3

Arriba

Mostrar mensajes previos: Todos los mensajes | Ordenar por: Fecha publicación | Ascendente

Si vols tornar al menú de temes, cal que cliquis a Ver temas activos:

QUALIVIDA

Desconectarse [ eparom ] | 0 mensajes privados

Tu última visita fue: Jue Feb 23, 2017 6:41 pm

Fecha actual: Jue Feb 23, 2017 7:04 pm

Activitat Física i Esport

nuevo tema publicar respuesta **Página 1 de 1** [ 1 mensaje ]

Suscribirse Tema | Añadir tema a Favoritos | Imprimir vista | Email a un amigo

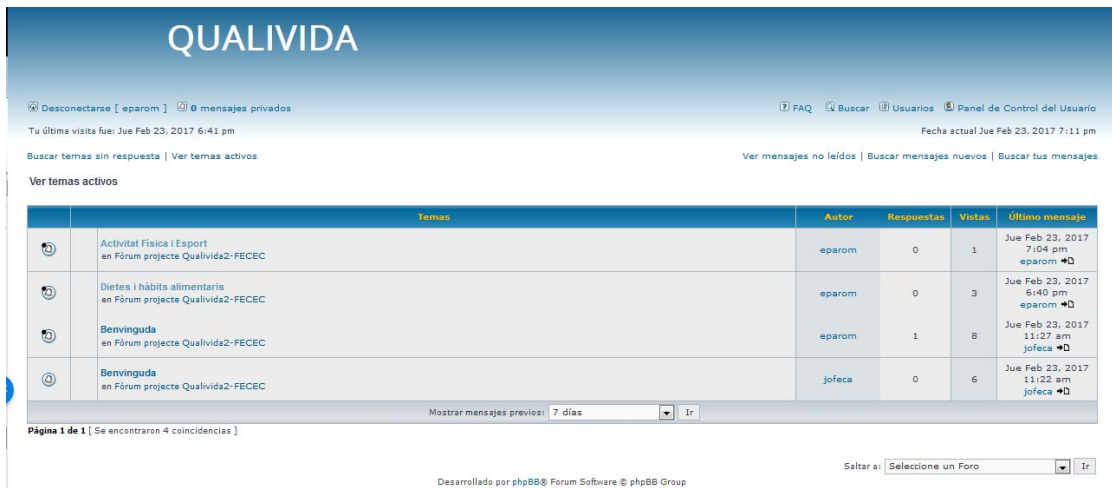
| Autor  | Mensaje  |
|--------|--|
| eparom | Asunto: Activitat Física i Esport<br>En aquest espai podem compartir les nostres inquietuds en relació al seguiment d'un estil de vida actiu |

Registrado: Mar Ene 17, 2017 3:37 am  
Mensajes: 3

Arriba

Mostrar mensajes previos: Todos los mensajes | Ordenar por: Fecha publicación | Ascendente

Apareixeran els diferents temes oberts disponibles al fòrum:



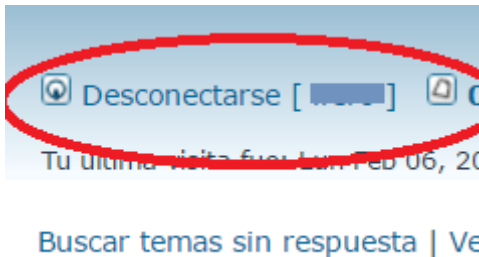
The screenshot shows the QUALIVIDA forum interface. At the top, there is a navigation bar with links for 'Desconectarse [ eparom ]', '0 mensajes privados', 'FAQ', 'Buscar', 'Usuarios', and 'Panel de Control del Usuario'. Below this, there is a table of active topics. The table has columns for 'Temas', 'Autor', 'Respuestas', 'Vistas', and 'Último mensaje'. The topics listed are:

| Temas  | Autor  | Respuestas | Vistas | Último mensaje                     |
|--|--------|------------|--------|------------------------------------|
| Activitat Física i Esport en Fòrum projecte Qualivida2-FECEC   | eparom | 0          | 1      | Jue Feb 23, 2017 7:04 pm eparom ➡  |
| Dietes i hàbits alimentaris en Fòrum projecte Qualivida2-FECEC | eparom | 0          | 3      | Jue Feb 23, 2017 6:40 pm eparom ➡  |
| Benvinguda en Fòrum projecte Qualivida2-FECEC                  | eparom | 1          | 8      | Jue Feb 23, 2017 11:27 am jofeca ➡ |
| Benvinguda en Fòrum projecte Qualivida2-FECEC                  | jofeca | 0          | 6      | Jue Feb 23, 2017 11:22 am jofeca ➡ |

Below the table, there is a pagination bar showing 'Página 1 de 1 [ Se encontraron 4 coincidencias ]' and a 'Mostrar mensajes previos: 7 días' dropdown menu. At the bottom, there is a footer with 'Desarrollado por phpBB® Forum Software © phpBB Group' and a 'Saltar a:' dropdown menu.

la

6. Per **SORTIR** del Fòrum, ves a dalt de tot a l'esquerre i clica aquí:



**ANIMA'T I COMPARTEIX LA TEVA OPINIÓ AL FÒRUM !**

**L'EQUIP SOLMEVIS2-FECEC ET DESITJA QUE GAUDEIXIS MOLT DE L'EXPERIÈNCIA**

Qualsevol dubte que tinguis contacta'ns a: [info@qualivida.org](mailto:info@qualivida.org)