



Como usar o Computador e a Internet

Gmail



Introdução

O livrete que estás a ler
faz parte de um conjunto de livretes.



O conjunto de livretes
ensina-te a usar o computador e a internet.



Os livretes estão escritos em linguagem fácil.



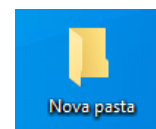
Cada livrete é sobre um tema diferente.

Temas dos livretes:

1. Ligar e desligar computadores – Rato e Teclado



2. Ambiente de trabalho: mover ficheiros, criar pastas e apagar pastas.



3. Acessibilidade – Atalhos do teclado



4. Memória USB (Pen)



5. Microsoft Word



6. Editor de vídeo



7. Segurança digital



8. Google Chrome



9. Google Maps



10. YouTube



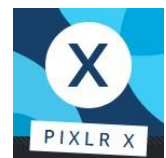
11. Gmail



12. Facebook e Messenger



13. Pixlr X



14. Curriculum Vitae Europass



Especialistas de 7 instituições escreveram os livretes.

As 7 instituições são:

Associazione Uniamoci Onlus de Itália



Asociacija "Aktyvus Jaunimas"

da Lituânia



Centro Social Paroquial Santos Mártires

de Portugal



Tallinna Tugikeskus JUKS da Estónia



IES El Greco de Espanha



I.E.S. EL GRECO

Towarzystwo Wspierania Inicjatyw

Spolecznych Alpi da Polónia



Università Degli Studi Di Catania de Itália



UNIVERSITÀ
degli STUDI
di CATANIA

Podes encontrar mais informação fácil

sobre o projeto neste website:

<https://accessibleinformationmaterial.blogspot.com/>

Os livretes são o resultado
de um projeto Erasmus +.



Este projeto Erasmus+
chama-se Material de Informação Fácil.



VOCABULÁRIO

Erasmus+ é um programa da União Europeia
que dá dinheiro para vários projetos.



Gmail

Introdução

O Gmail é um serviço de **e-mail** grátis da empresa Google.

O Gmail serve para enviar e receber e-mails.

Um **e-mail** é uma mensagem que enviamos pela internet.

O e-mail permite enviar e receber mensagens

de forma rápida

de um computador para outro computador.

O e-mail é útil para muitas coisas:

- Para dar instruções
- Para pedir informações
- Para enviar mensagens aos teus familiares e amigos.

Se quieres enviar e receber mensagens por e-mail,

tens de ter um endereço de e-mail.

Para criar um endereço de e-mail, tens de criar uma conta.

Para criar uma conta de e-mail, podes usar o Gmail.

Este é o símbolo do Gmail:

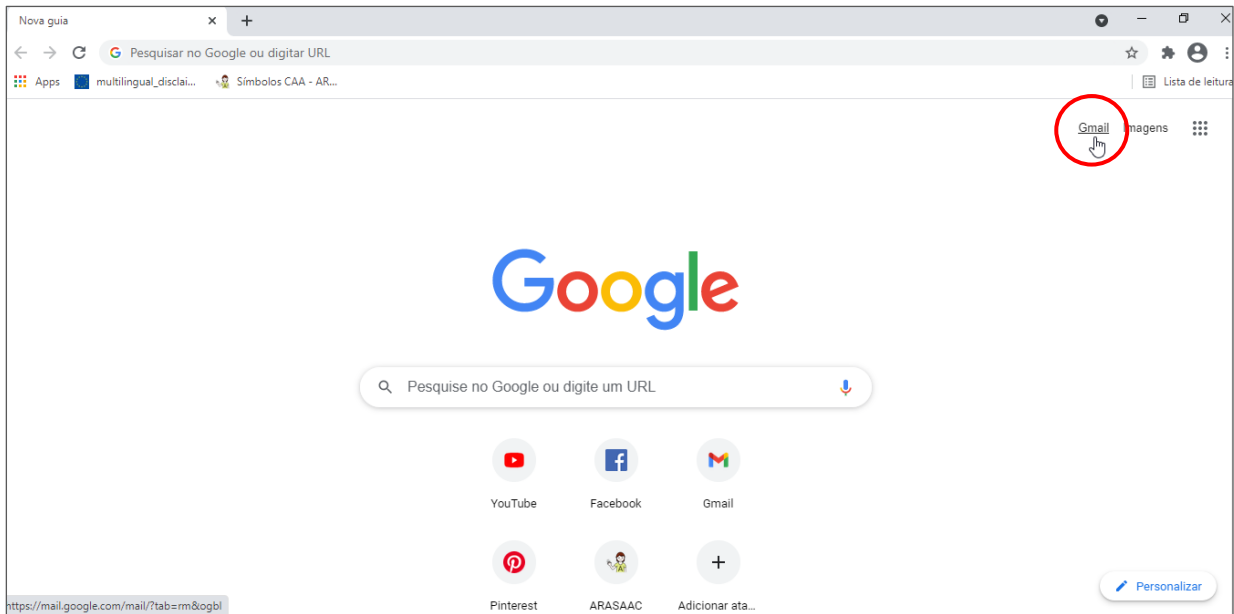


Como criar uma conta no Gmail

- Abre o **Google Chrome**. 

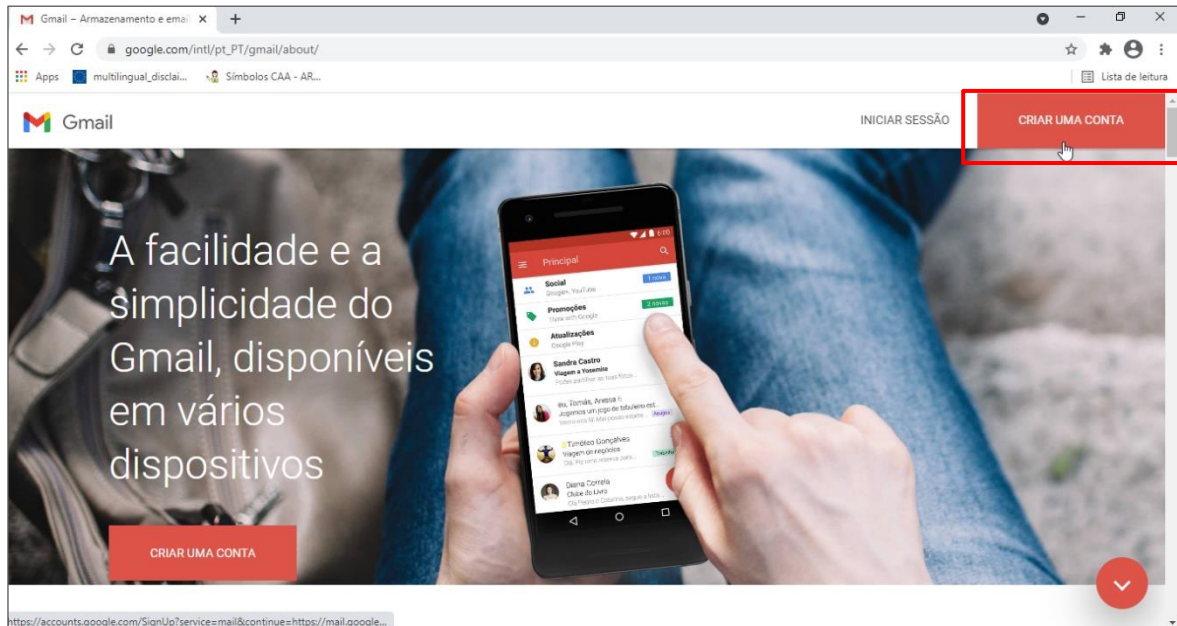
Se não te lembras de como abrir o Google Chrome,
podes voltar a ler o livrete número 8,
que te ensina a usar o Google Chrome.

- Carrega na palavra **Gmail** no cimo do ecrã à direita.



O Gmail abre.

- Carrega no botão vermelho que diz “**Criar uma conta**”
no cimo do ecrã à direita.



A folha para criares uma conta de e-mail abre.

A screenshot of the Google account creation page. The page has a white background with the Google logo at the top left. Below the logo, the text reads 'Criar a sua Conta Google' and 'Continuar para o Gmail'. There are several input fields: 'Nome próprio' and 'Apelido' (last name) fields, a 'Nome de utilizador' field with '@gmail.com' as a placeholder, and 'Palavra-passe' and 'Confirmar' fields. Below the password fields, there is a note: 'Utilize 8 ou mais caracteres numa mistura de letras, números e símbolos.' and a checkbox labeled 'Mostrar palavra-passe'. At the bottom left, there is a link 'Iniciar sessão em alternativa' and a blue button labeled 'Seguinte'. On the right side of the page, there is a blue shield icon with a white person silhouette, and below it, a laptop, a smartphone, and a location pin icon. The text below these icons reads 'Uma conta. Todo os serviços Google a trabalhar para si.'

Nome de utilizador @gmail.com

! Esse nome de utilizador já existe. Experimente outro.

- Escreve uma **Palavra-passe**.

Uma **palavra-passe** tem de ter letras, números e símbolos.

Exemplos de símbolos que podes usar: ! & % #

Palavra-passe

Confirmar

Utilize 8 ou mais caracteres numa mistura de letras, números e símbolos.

A tua palavra-passe:

- Tem de ter pelo menos 8 caracteres.

Careteres são letras, números ou símbolos.

- Tem de ser difícil de adivinhar.

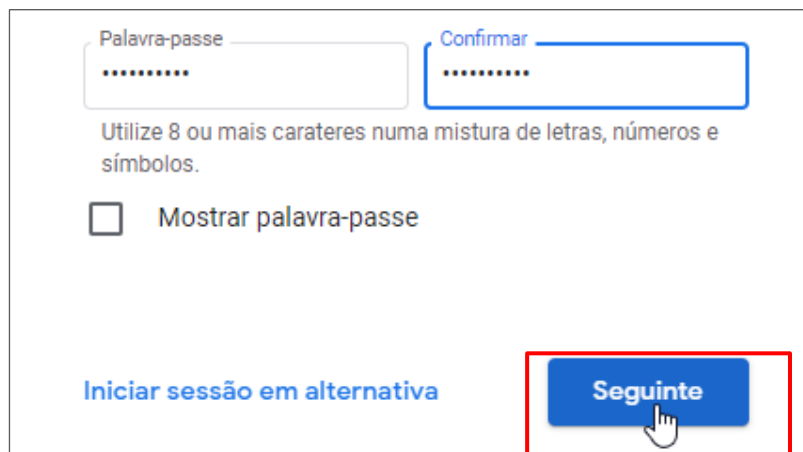
Uma palavra-passe difícil de adivinhar

tem de ter letras maiúsculas e minúsculas.

A palavra-passe é usada para verificar que és mesmo tu que estás a entrar na tua conta de e-mail.

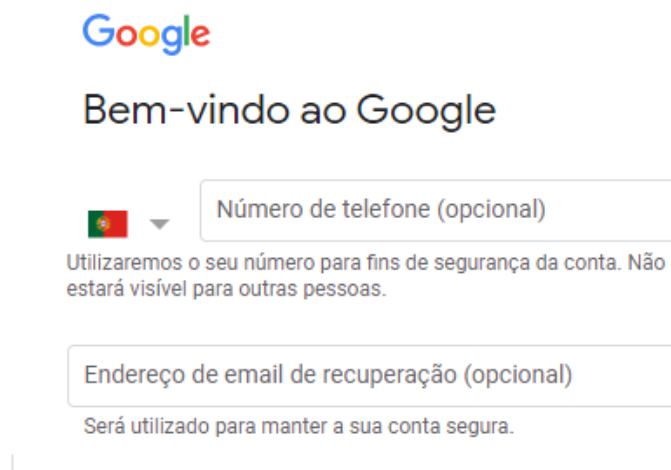
Apenas tu deves saber a tua palavra-passe.

- **Confirma** a tua palavra-passe e carrega em **Seguinte**.



A screenshot of a password confirmation form. It features two input fields: 'Palavra-passe' and 'Confirmar', both containing masked characters (dots). Below the fields is a text instruction: 'Utilize 8 ou mais caracteres numa mistura de letras, números e símbolos.' There is a checkbox labeled 'Mostrar palavra-passe' which is currently unchecked. At the bottom left, there is a link 'Iniciar sessão em alternativa'. At the bottom right, there is a blue button labeled 'Seguinte' with a hand cursor icon, which is highlighted by a red rectangular box.

- Se quiseres, escreve o teu número de telefone e o e-mail de um amigo.



A screenshot of the Google account recovery page. At the top is the Google logo. Below it is the heading 'Bem-vindo ao Google'. There is a dropdown menu showing the flag of Portugal. Below that is an input field labeled 'Número de telefone (opcional)'. Underneath this field is the text: 'Utilizaremos o seu número para fins de segurança da conta. Não estará visível para outras pessoas.' Below that is another input field labeled 'Endereço de email de recuperação (opcional)'. Underneath this field is the text: 'Será utilizado para manter a sua conta segura.'

Se te esqueceres da tua palavra-passe,

podes precisar destas informações
para a recuperar.

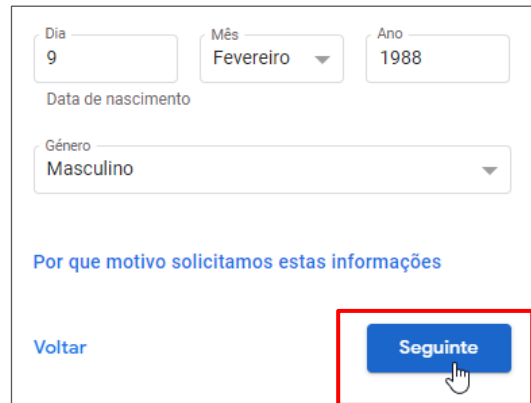
- Escreve
a tua data de nascimento
e o teu género.

O teu género
é dizeres se és rapaz ou rapariga.

Se és rapaz, escolhe o género masculino.

Se és rapariga, escolhe o género feminina.

- Carrega em **Seguinte**.



Dia 9 Mês Fevereiro Ano 1988
Data de nascimento

Género Masculino

[Por que motivo solicitamos estas informações](#)

[Voltar](#) **Seguinte**

- Aceita os **Termos de Serviço**
e a **Política de Privacidade** do Google.

Pode aceder à sua Conta Google (account.google.com) para efetuar uma Verificação de privacidade ou ajustar os seus controlos de privacidade.

Cancelar



Aceito

- Carrega em **Aceito**.

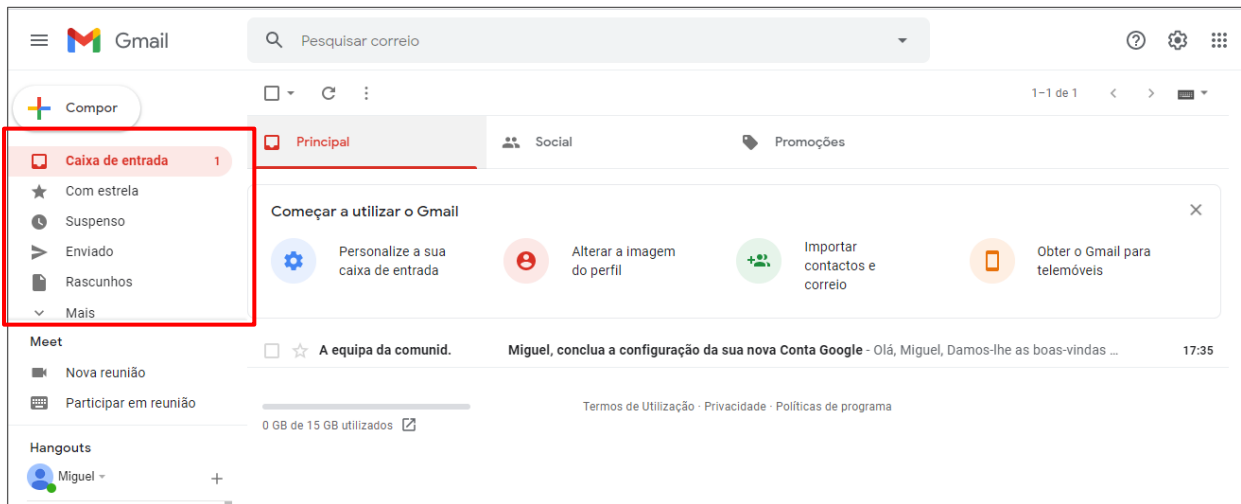
Parabéns!

Criaste a tua conta Gmail.

Agora podes começar a usar o Gmail.

Como usar o Gmail

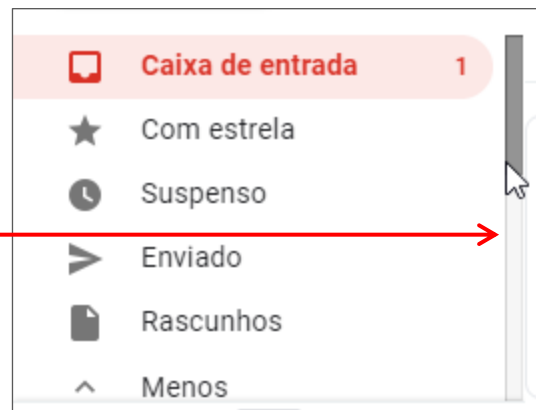
No ecrã à esquerda estão várias pastas.



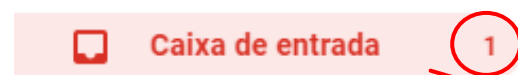
As pastas

têm vários tipos de e-mails.

Roda esta barra com o rato para veres as pastas todas.



- Na pasta **Caixa de entrada** estão os e-mails que recibes.



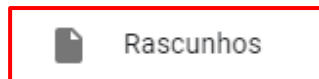
O número que aparece ao lado da pasta serve para veres quantos e-mails ainda não abriste.

- Na pasta **Enviado**



estão os e-mails que enviaste.

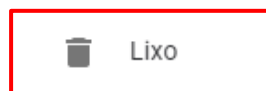
- Na pasta **Rascunhos**



estão os e-mails que escreveste e não enviaste.

Como ainda não enviaste os e-mails da pasta Rascunhos ainda podes escrever ou apagar coisas.

- Na pasta **Lixo**



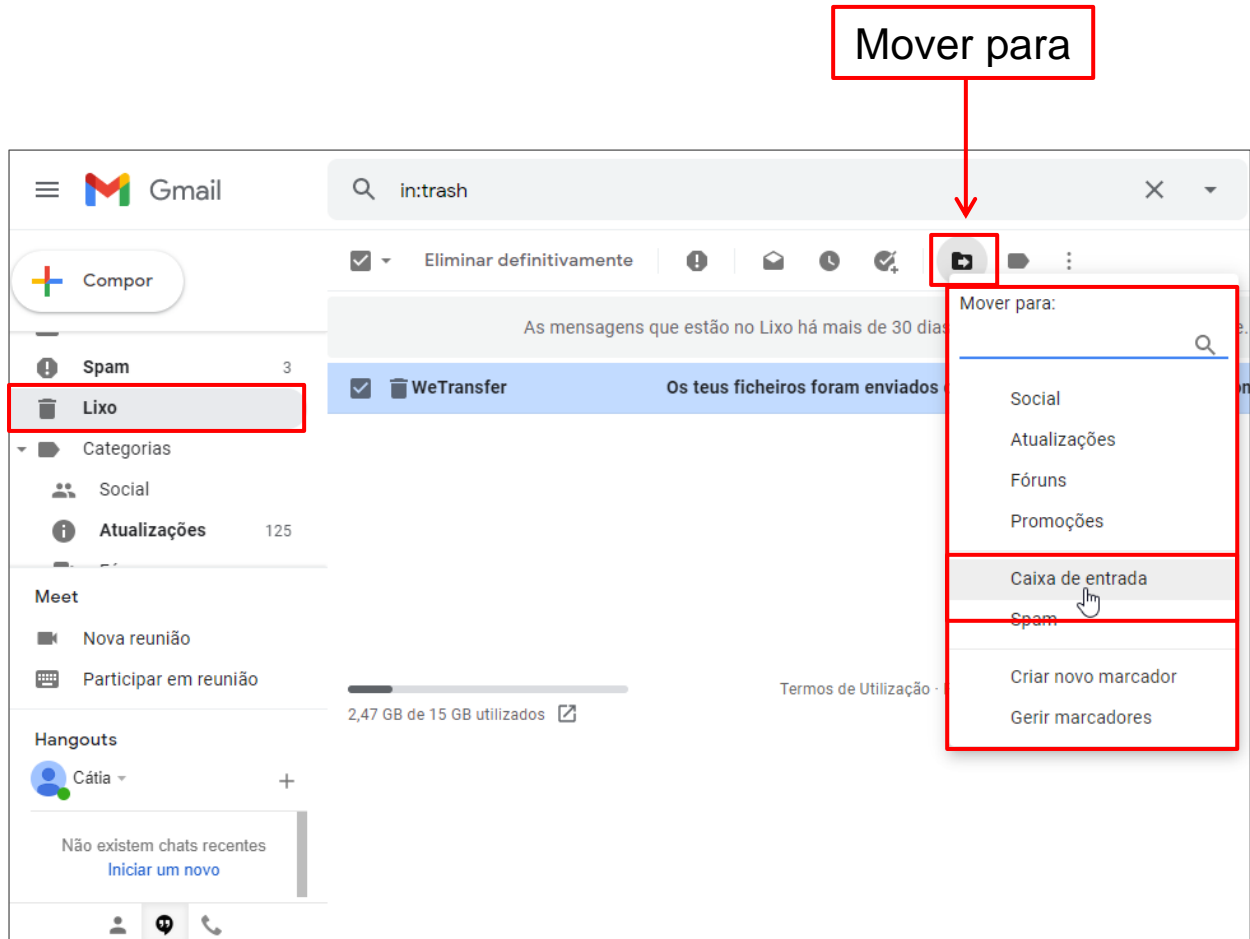
estão os e-mails que apagaste.

Se quiseres tirar do lixo um **e-mail** que apagaste carrega na pasta **Lixo**.

Selecciona o e-mail que queres tirar do lixo e carrega em **Mover para**.

Aparece um menu.

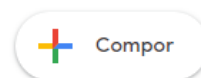
Carrega em **Caixa de entrada**.



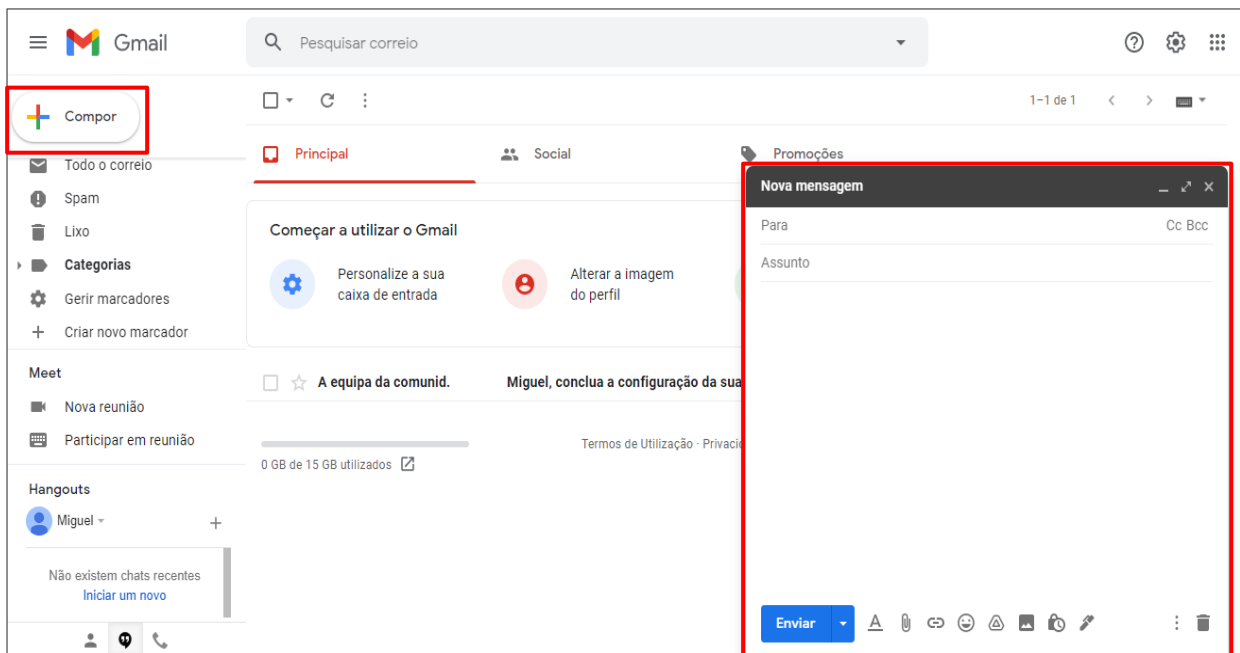
O teu e-mail saiu do **Lixo** e foi para a pasta **Caixa de entrada**.

Como escrever um e-mail

- Carrega no botão **Compór**.



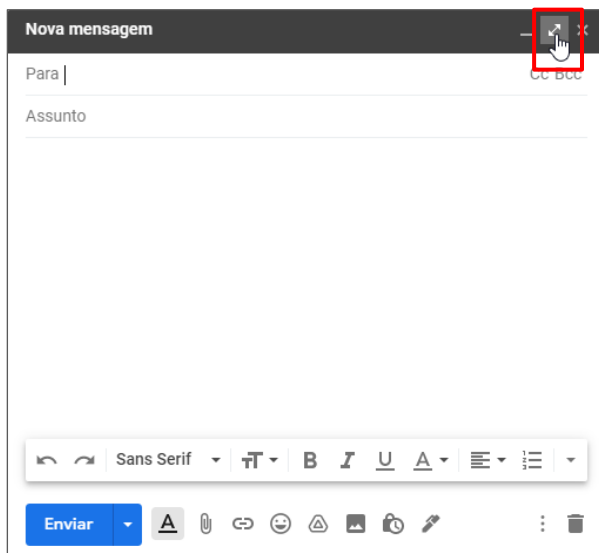
Uma janela abre.



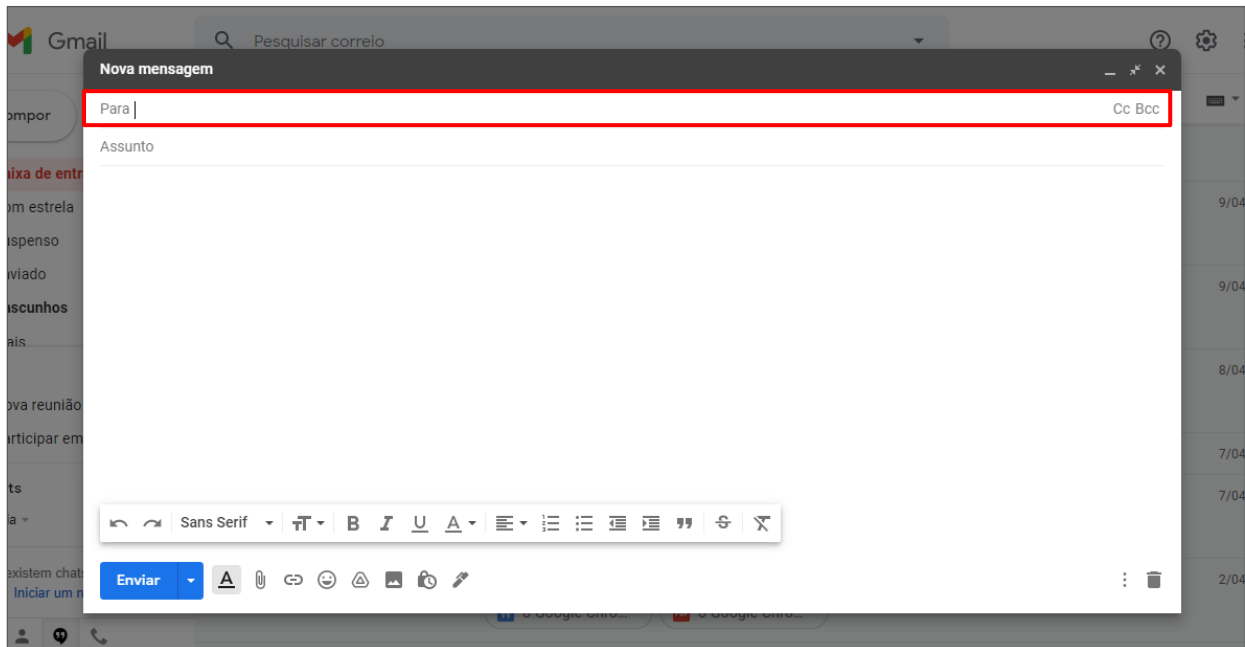
- Carrega no botão das setas



para a janela ficar maior.



- Na caixa **Para** escreve o e-mail dos **destinatários**.

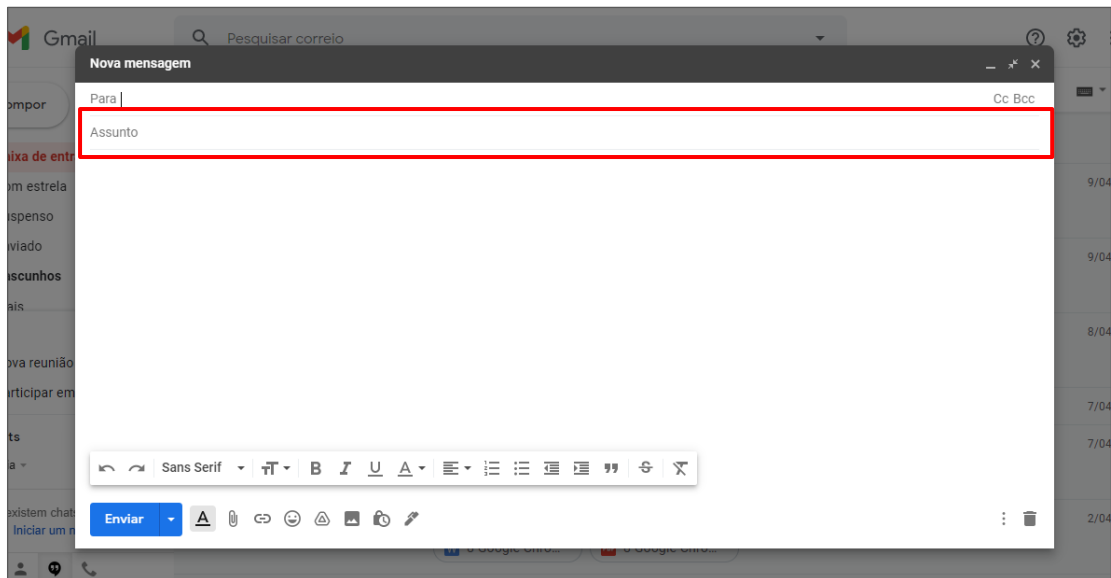


Os **destinatários**

são as pessoas para quem vais enviar o e-mail.

Exemplo: mariaXXX99@gmail.com

- Na caixa **Assunto** escreve o assunto da tua mensagem.



No assunto da tua mensagem

deves escrever uma ou duas palavras

sobre o que vais dizer no e-mail.

Quando as pessoas para quem mandaste o e-mail

lerem o assunto,

ficam a saber sobre o que é a mensagem que lhes enviaste.

Exemplos:

- Podes escrever **Informação** no assunto do e-mail

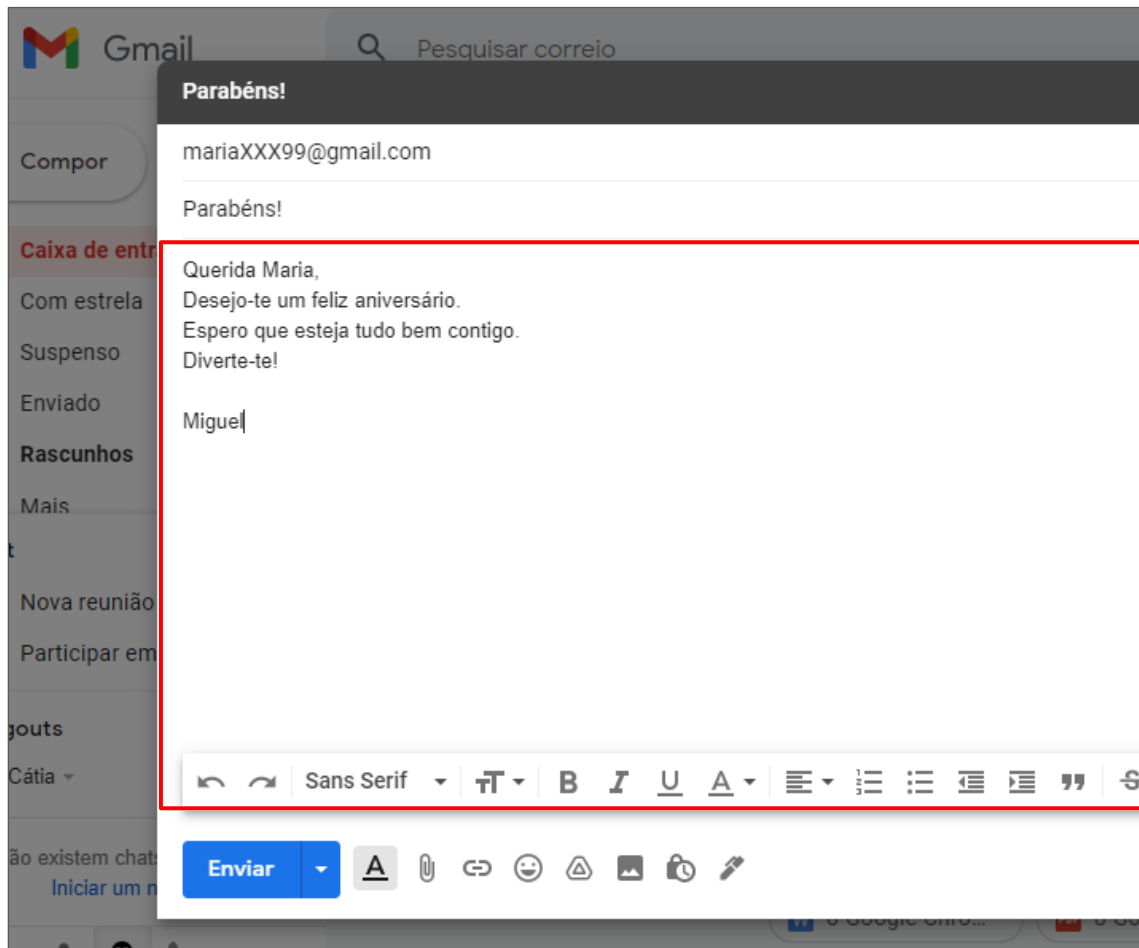
se quiseres pedir informação sobre alguma coisa.

- Podes escrever **Parabéns** no assunto do e-mail

se quiseres enviar uma mensagem a alguém

no seu aniversário.

- No espaço branco debaixo da caixa assunto
podes escrever a tua mensagem.

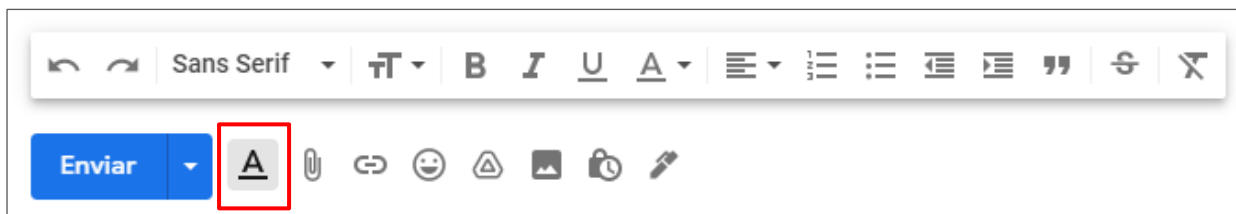



- Debaixo do espaço branco onde escreves o texto
está a **Barra de ferramentas**.



A **barra de ferramentas** é um conjunto de botões.

Cada botão faz uma coisa diferente.



Carrega no botão 

para aparecerem os botões da barra de ferramentas.

Se quiseres mudar o tipo de letra carrega no botão 

Se quiseres mudar o tamanho da letra carrega no botão 


Se quiseres pôr a letra a negrito carrega no botão 

Se quiseres sublinhar uma palavra carrega no botão 

Também podes juntar **Anexos** ao teu e-mail.

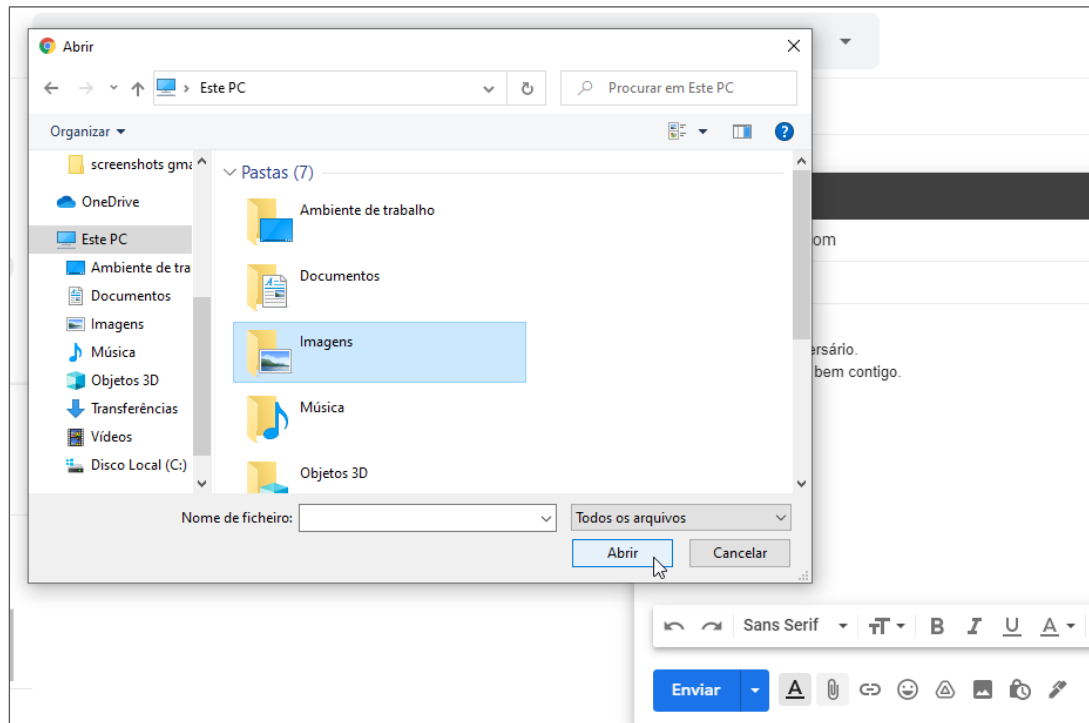
Um anexo é um ficheiro que envias
com a mensagem de e-mail.

O **ficheiro** pode ser uma fotografia,
um documento ou um vídeo.

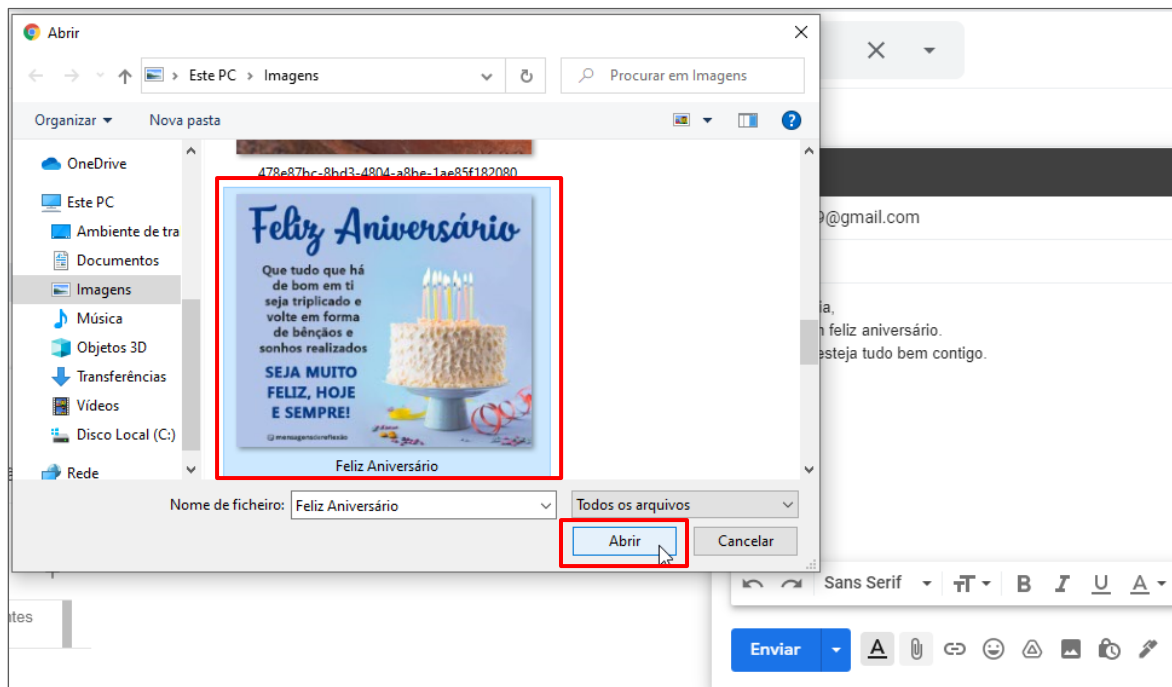
- Carrega no botão  para juntar um **anexo** ao teu e-mail.
Uma janela abre.

- Escolhe a **pasta** do teu computador onde está o ficheiro que queres enviar.

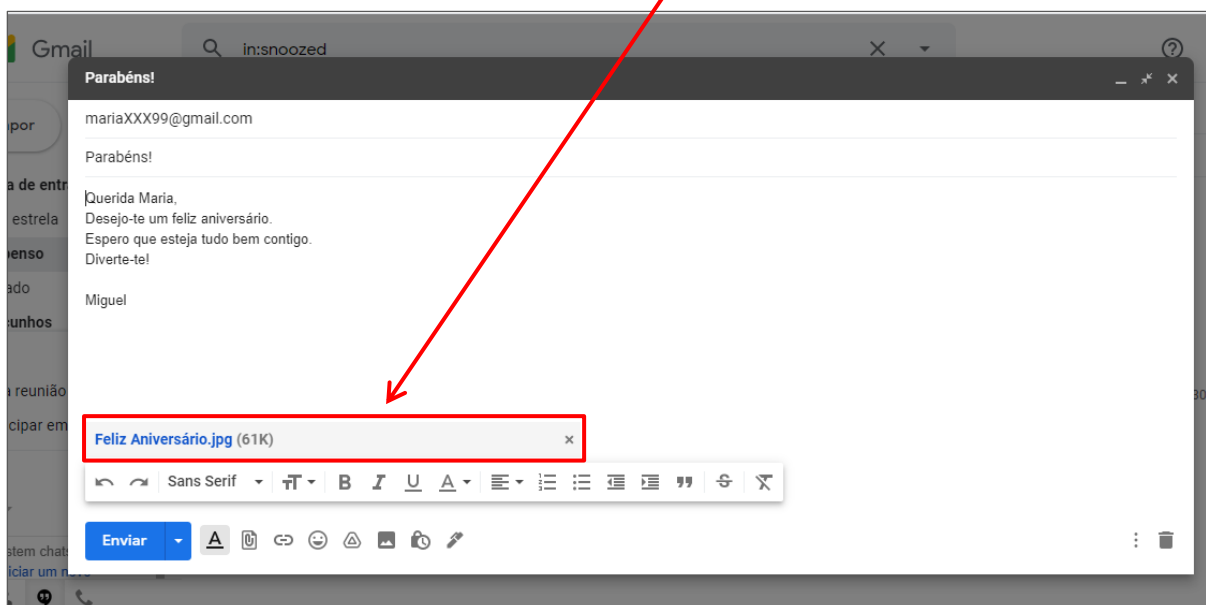
Carrega em **Abrir**.



- Selecciona o ficheiro que queres e carrega em **Abrir**.



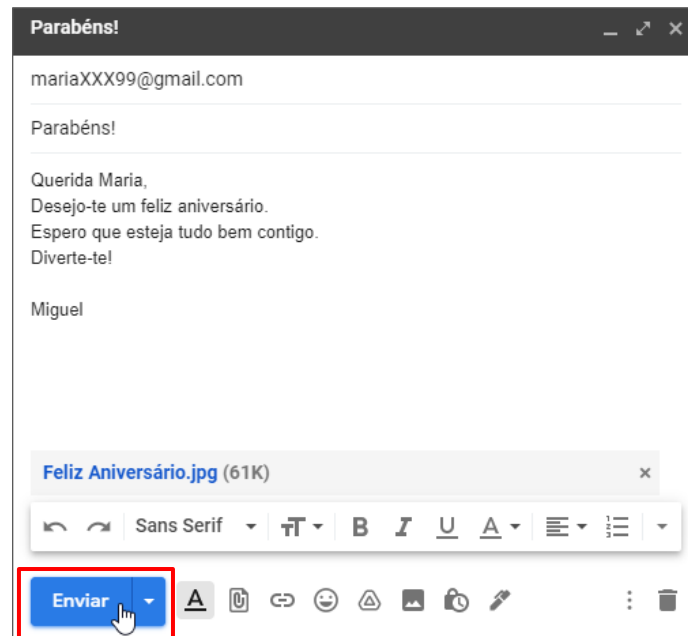
- Confirma se o ficheiro ficou em anexo.



Agora podes enviar o teu e-mail.

- Carrega no botão **Enviar**

para enviases o e-mail.



O destinatário vai receber o e-mail em poucos segundos.

O destinatário é a pessoa para quem enviaste o e-mail.

Como usar o Computador e a Internet

Autores da linguagem fácil: Eleonora Di Liberto, Cátia Brôco, Julián Antonio Díaz-Toledo Gómez, M^a Sagrario López Sánchez, M^a Rosa Sánchez López Guerrero, Veronika Juknevičienė, Živilė Paulauskaitė, Roberta Piazza, Valentina Perciavalle, Simona Rizzari, Anna Krasnowska, Malle Oberpal, Kaja Vaabel.

Técnicos gráficos da linguagem fácil: Martina Di Liberto, Sandra Belchior, Julián Antonio Díaz-Toledo Gómez, Tomáš Karnecki, Simona Rizzari, Piotr Grzegorz Bendiuk, Malle Oberpal, Kaja Vaabel.

A revisão deste livrete em linguagem fácil foi feita por: António Barbosa, Paulo Sá, Miguel Sifrósio, Lúcia Pereira.



<https://accessibleinformationmaterial.blogspot.com>



Cofinanciado pelo
Programa Erasmus+
da União Europeia

“O apoio da Comissão Europeia à produção desta publicação não constitui um aval do seu conteúdo, que reflete unicamente o ponto de vista dos autores, e a Comissão não pode ser considerada responsável por eventuais utilizações que possam ser feitas com as informações nela contidas.”