

Paso a paso ingreso a plataforma y navegación del Servicio Comunal Estudiantil:



- 1. Ingresá a la URL: https://vidasaludable.cr/
- 2. Hacé clic en "Iniciar sesión/Registro":



3. Inscribite como usuario nuevo:(Url: https://vidasaludable.cr/login/index.php)

8	
	Ingresá a tu cuenta
	Numbre de usuario
	Contraseña
	Recordar nombre de usuario <u>Chistaste tu contraseña</u> ?
- 1	Lus :Cookies' deben estar nabilitadas en su navegador
	Para acceder a esta páging debe ceaac una cuenta primero. Comenzá ahora creando una riueva cuenta



4. Ingresá los datos obligatorios. Al terminar, hacé clic en "Crear mi cuenta nueva". (Url: https://vidasaludable.cr/login/signup.php)

	Have an account? Login
Crear un nuevo	Expandir rodo usuario y contraseña para acceder al sistema
Nombre de 🔘 usuario	
	La contraseña debería tener al menos 8 caracter(es), al menos 1 dígito(s), al menos 1 minúscula(s), al menos 1 mayúscula(s), al menos 1 caracter(es) no alfanuméricos como *,-, o #
Contraceña O	







5. Se mostrará el siguiente mensaje:





6. Dirigite a la dirección: **http://correo.mep.go.cr/** e ingresá con tu correo **MEP**. Hacé clic en el enlace para completar el proceso de inscripción, o también podés copiarlo y pegarlo en el navegador.

Conf	irmación de la cuenta Vida Saludable	
	De: Admin AURA (vía Vida Saludable) <noreply@fifcomep.aurainteractiva.com></noreply@fifcomep.aurainteractiva.com>	
	Asunto: Confirmación de la cuenta Vida Saludable	
	Hola Usuario,	
	Se ha solicitado la creación de una cuenta en 'Vida Saludable' utilizando su dirección de corre	0.
	Para confirmar su nueva cuenta, por favor vaya a esta dirección web:	
	<u>https://vidasaludable.cr/login/confirm.php?</u> <u>data=UqKznq2Lme0xsho/irene%2Eavalos%2Ecampos%40est%2Emep%2Ego%2Ecr</u>	
	En la mayoría de programas de correo electrónico, debería aparecer un enlace azul donde poder hacer click. Si no funciona, córtelo y péguelo en la barra de direcciones de su navegado	ır.
	Si necesita ayuda, por favor contacte con el administrador del sitio,	
	Admin User	

7. Una vez hecho el paso anterior, en la plataforma te aparecerá el siguiente mensaje y ya estarás inscrito como usuario/usuaria.





8. El SCE se compone de seis unidades: (Actividad física, Alimentación saludable, Prevención de consumo de alcohol y drogas en personas menores de edad, Prevención del COVID-19, Salud Mental y Proyecto final SCE). Es importante que considerés, antes de comenzar:

- Utilizar el navegador Google Chrome (recomendado)
- Tener las ventanas emergentes activas en el navegador. Acá te dejamos un enlace para que podás hacerlo:

https://support.google.com/chrome/answer/95472?co=GENIE.Platform%3DD esktop&hl=es-419

9. Las seis unidades se componen de varios recursos. Deberás completarlas en orden para ir desbloqueando la siguiente actividad. Para ingresar en el SCE, hacé clic aquí:



10. Cada unidad tiene una pantalla de navegación. Solo tenés que ingresar a los módulos de cada una en el orden en que aparecen; en este caso del 1 al 5:

Estilos de vida saludable Página Principal (home) / Mis cursos / Estilos de vida saludable	·
Actividad física Introducción Mereira el nel se de detido las formas el nel se de	Mi avance por el curso Propres 2% Friende Se freideade Se

11. Dentro de cada módulo, podrás completar todas las actividades; por ejemplo, en el Módulo 1 de Actividad Física, hay dos actividades por realizar:

ى 01	Qué es la actividad física?	
	Antes de comenzar, es importante que definamos qué es la actividad física. Explorá las actividades de esta sección para comenzar con este partido. Hacé clic sobre los siguientes botones para descubrir la información. ¿Sabés qué es la actividad física? ¿Qué tan activalo sos?	
		7 F



12. Al final de la Unidad 6, tendrás que entregar tu proyecto final en una de las actividades.También deberás enviarlo a tu profesor/a encargado/a. Cuando lo hagás, podrás obtener tu certificado correspondiente a 30 horas.

Si tenés alguna duda o consulta, olvidaste tu contraseña o cualquier problema, podés escribir a soporte a: vidasaludablecr@mep.go.cr



