Guia per a professionals d'orientació

LaCabina · lacabina.cat · Versió 2.1 (esborrany), 25/11/2026

Aquesta guia és per a professionals d'orientació laboral que vulguin fer servir LaCabina amb les persones que atenen, o que rebin una persona que ja l'ha feta. Explica què és l'eina i què no fa, com llegir-ne la cabina, les competències, les rutes i el passaport, com fer-la servir en una sessió i on derivar.

Descriu la versió beta de finals de novembre del 2026, que ja serveix per a qualsevol ocupació. Es revisarà amb les aportacions de la sessió de validació amb professionals d'orientació (desembre del 2026) i amb la versió 1.0 de l'eina **[PENDENT]**.

1. Què és LaCabina

LaCabina és una eina web gratuïta, en català, que ajuda una persona treballadora a entendre com la IA generativa pot canviar les tasques que fa, a veure el valor que hi continua aportant, a explorar rutes professionals i a aprendre a treballar amb IA corregint-la.

Serveix per a **les 427 ocupacions de quatre xifres de la classificació internacional ISCO-08** que puntua l'OIT (totes llevat de les forces armades). L'ocupació pilot, **ISCO-08 4110 «oficinistes generals»**, té un mode detallat, fet a mà; la resta fan servir el mode general (apartat 3).

Fa servir la metàfora d'un vol, amb tres papers:

Paper	Qui és	Què fa
Instruments	Dades públiques: OIT (per a totes les ocupacions), ESCO (competències) i, només per a l'ocupació pilot, Eloundou et al.	Donen les lectures de cada tasca, sempre amb la font i la data. Cap xifra la calcula ni la tria una IA
Copilot	IA generativa	Només s'ocupa del llenguatge: proposa tasques a partir del que explica la persona, explica lectures i redacta textos. No decideix res
Capità o capitana	La persona	Tria la seva ocupació, declara la seva feina, corregeix la IA, confirma o rebutja cada suggeriment i tria. Els resultats són seus

A la primera visita s'obre el **briefing de vol**: cinc passos curts que expliquen el recorregut, qui fa què, d'on surten les xifres, on es desen les dades i què s'emporta la persona. Es pot saltar i es pot tornar a obrir des del menú.

El recorregut té vuit etapes, d'uns quinze minuts en total:

1. **Embarcament.** Llista de comprovació amb tres interruptors: «Parlaré amb una IA que pot equivocar-se. Decideixo jo», «No escriuré noms, dades de clients ni secrets de l'empresa», «El que faci aquí es queda al meu dispositiu i ho puc esborrar».
2. **Facturació de l'equipatge.** Primer, «Quina és la teva feina?»: la persona busca la seva ocupació. Després, «Què vas fer ahir a la feina?»: el copilot proposa tasques i la persona en treu, n'edita i n'afegeix. També les pot triar d'una llista sense fer servir la IA.
3. **Cabina.** Una esfera per tasca amb la lectura de les fonts, «què continua sent teu» i un informe de l'ocupació.
4. **Control de passaports.** Competències que la persona ja fa servir i no consten enlloc. Si s'hi reconeix, hi posa el visat.

5. **Destinació.** Què vol dir per a ella una millora professional. Ho decideix ella.
6. **Panell de sortides.** Rutes cap a altres ocupacions en ordre alfabètic, sense rànquing, amb el que ja porta a bord, el que li falta, recursos públics i missions.
7. **Simulador.** Exercicis per aprendre a treballar amb IA, amb situacions de la seva família d'ocupacions, i el **taller de pilotatge**, on la persona escriu les instruccions a un copilot real.
8. **Passaport.** Un perfil professional privat que es descarrega en PDF.

Fora del recorregut hi ha **Recursos** (lacabina.cat/recursos: cursos, orientació i acreditacions públiques i el servei d'ocupació de cada municipi de l'Àrea Metropolitana), el **manual de vol** (lacabina.cat/manual) i la pàgina **per a professionals** (lacabina.cat/professionals), d'on es descarrega aquesta guia.

2. Què no fa LaCabina

Aquestes exclusions són de disseny i estan aplicades tècnicament: no hi ha comptes, ni rols d'organització, ni cap via perquè un tercer consulti resultats.

- **No puntua ni classifica ningú.** No hi ha notes, ni nivells, ni rànquings. Els exercicis del simulador i el taller no tenen nota.
- **No prediu si una feina desapareixerà.** Les lectures són estimacions públiques sobre tasques, no prediccions sobre la persona ni sobre el seu lloc de feina.
- **No ordena les rutes** ni fa aparellament amb ofertes de feina. Una ruta no és una recomanació.
- **No dona cap resultat a empreses ni a serveis públics**, tampoc al vostre servei. Només veureu el que la persona us vulgui ensenyar.
- **No demana correu, empresa, edat ni CV.** El nom és opcional.
- **No substitueix l'orientació.** És un pas previ o un suport, no un diagnòstic.

On es desen les dades: tot el recorregut es desa només al navegador de la persona, que el pot exportar o esborrar («Esborra-ho tot»). També s'hi queda el municipi que triï a Recursos. Només surt del dispositiu el text que la persona decideix enviar al copilot, després de veure'l, amb noms, correus, telèfons, DNI i comptes bancaris amagats; si ha triat una ocupació que no és la pilot, també s'hi envia el codi ISCO, perquè el copilot triï entre les tasques d'aquella ocupació. El copilot funciona amb Munito AI en servidors de la Unió Europea, sense conservar els textos ni fer-los servir per entrenar models. Si no hi ha cap model disponible, l'eina funciona en mode demostració, amb respostes preparades, i ho diu.

Per mesurar si l'eina funciona, LaCabina compta fets de manera anònima (per exemple, «una llista corregida» o «un qüestionari respost»): cap text, nom, identificador ni hora, i de l'ocupació només el gran grup (la primera xifra del codi). La persona ho pot desactivar a lacabina.cat/privacitat («No comptis el meu ús»).

3. Dues maneres de llegir una ocupació

A la facturació, la persona escriu el nom de la seva feina i tria l'ocupació que s'hi assembla més. Segons el que triï, l'eina fa servir un mode o l'altre:

Etapa	Mode detallat: ISCO 4110, o cap ocupació triada	Mode general: qualsevol altra ocupació
Facturació	Catàleg propi de 14 tasques d'oficina, escrites en llenguatge planer	Les tasques que l'OIT descriu per a l'ocupació (de 2 a 14), traduïdes per LaCabina
Cabina	Dues fonts per tasca (OIT i Eloundou et al.), amb una correspondència feta a mà, i avís de turbulències quan no coincideixen	Una sola font: la puntuació de l'OIT de cada tasca, amb el text original anglès a la vista

Etapa	Mode detallat: ISCO 4110, o cap ocupació triada	Mode general: qualsevol altra ocupació
Control de passaports	12 competències pròpies, cada una lligada a ESCO (llevat de dues)	Les competències essencials d'ESCO de l'ocupació
Rutes	4 rutes fetes a mà, amb missions pròpies, i les rutes automàtiques	Les rutes automàtiques
Simulador	Vols d'administració i oficina	Vols de la seva família d'ocupacions, o un conjunt general

Com explicar-ho a la persona. «Per a la feina d'oficina general, l'eina té un estudi fet a mà, tasca per tasca, amb dues fonts. Per a la teva ocupació et mostra les tasques i la puntuació que publica l'Organització Internacional del Treball, tal com les publica, i les competències del catàleg europeu ESCO. És menys detallat, però és la mateixa font per a totes les ocupacions.»

Per què només l'ocupació pilot té el mode detallat: relacionar cada tasca amb un segon estudi (Eloundou et al., que fa servir la classificació nord-americana O*NET) s'ha de fer a mà, tasca per tasca, i de moment només s'ha fet per a ISCO 4110.

El cercador. Accepta noms en català, castellà o anglès, en masculí o en femení, i no té en compte accents ni majúscules. Coneix els títols de les ocupacions ESCO de cada grup i una llista de noms habituals («auxiliar administrativa», «cambrera de pisos», «camionera»). L'ordre dels resultats només depèn de com coincideixen les paraules, mai de l'exposició a la IA.

Coses a tenir en compte:

- Les ocupacions ISCO són grups amplis, no càrrecs: «oficinistes generals» inclou moltes feines d'oficina diferents. Cal triar la que s'hi assembli més.
- Si la persona no la troba, que provi un nom més general o un altre idioma. Si tampoc, pot prémer «No la trobo: continua sense triar»: llavors fa servir el catàleg d'oficina (4110) i hi pot afegir les seves tasques.
- Si canvia d'ocupació a mig recorregut, es buiden la llista de tasques, les competències segellades i la ruta triada. La pantalla ho avisa.

Moltes persones que fan feina administrativa trobaran una ocupació diferent de la 4110. Aquestes són les lectures publicades d'algunes ocupacions administratives properes (OIT WP140, 2025; rutes automàtiques de LaCabina):

ISCO-08	Ocupació	Mitjana OIT de les tasques	Classificació de l'OIT	Tasques	Rutes automàtiques	Família del simulador
4110	Oficinistes generals	0,60	gradient 4, l'exposició més alta	8	4 (+ 4 fetes a mà)	Administració i oficina
4120	Secretaris i secretàries	0,58	gradient 3, exposició significativa	8	6	Administració i oficina
4132	Operadors i operadores d'entrada de dades	0,70	gradient 4, l'exposició més alta	5	4	Administració i oficina
4222	Empleats i empleades d'informació de centres d'atenció telefònica	0,58	gradient 3, exposició significativa	6	15	Atenció al públic i recepció

ISCO-08	Ocupació	Mitjana OIT de les tasques	Classificació de l'OIT	Tasques	Rutes automàtiques	Família del simulador
4226	Recepcionistes	0,57	gradient 3, exposició significativa	5	12	Atenció al públic i recepció
4311	Auxiliars de comptabilitat	0,64	gradient 4, l'exposició més alta	5	8	Comptabilitat i finances
4313	Auxiliars de nòmines	0,61	gradient 4, l'exposició més alta	5	0	Comptabilitat i finances
4321	Empleats i empleades de control d'existències	0,37	exposició mínima	5	10	Conducció, transport i logística
4416	Empleats i empleades de recursos humans	0,60	gradient 4, l'exposició més alta	7	7	Administració i oficina
4419	Empleats i empleades administratius no classificats en altres epígrafs	0,63	gradient 4, l'exposició més alta	4	11	Administració i oficina

Els títols de les ocupacions són traduccions pròpies de LaCabina (apartat 13).

4. Com llegir la cabina

Les esferes: les franges de l'OIT

En tots dos modes, cada tasca té una esfera amb quatre sectors. L'agulla marca la puntuació de la tasca a l'índex de l'OIT (Working Paper 140, 2025), de 0 a 1, i el sector és la franja que publica la mateixa OIT:

Sector de l'esfera	Franja de l'OIT	Puntuació	Què vol dir a la pantalla
Depèn de tu	molt baixa	menys de 0,25	Es basa en criteri, relació o imprevistos. La IA gairebé no hi arriba
La IA ajuda en parts	baixa	de 0,25 a 0,49	La IA pot preparar peces concretes; el gruix de la tasca continua sent de la persona
Esborrany i revisió	mitjana	de 0,50 a 0,74	La IA pot fer un primer esborrany. Revisar-lo i decidir si és bo és cosa de la persona
Alt potencial d'assistència	alta	0,75 o més	Bona part la pot fer la IA. El valor passa a ser saber supervisar-la

Una puntuació alta vol dir que la **tasca** té molt potencial d'assistència de la IA. No diu res de la persona, ni de la seva empresa, ni de si la feina desapareixerà. L'índex de l'OIT és mundial: no descriu el mercat de treball català.

Les tasques sense lectura, a propòsit: les que afegeix la persona, les que el copilot proposa fora de la llista de l'ocupació i, al mode detallat, «Decidir prioritats quan tot és urgent», que cap font mesura per separat. La pantalla diu que no tenen correspondència amb cap font i que «aquí l'instrument ets tu».

Mode detallat (ISCO 4110)

Les lectures d'Eloundou et al. Al costat de l'OIT, la cabina mostra l'etiqueta que dona l'estudi d'Eloundou et al. (2024) a la tasca O*NET més semblant, tal com es publica i en dues versions: la que va posar GPT-4 i la que van posar persones.

Etiqueta	Què vol dir
E0 · no exposada	La IA no en redueix el temps de manera significativa
E1 · exposada directament	Amb un assistent d'IA, la tasca es podria fer en la meitat de temps o menys
E2 · exposada amb eines	Caldrien programes fets a sobre de la IA per reduir-ne el temps a la meitat

Les turbulències. L'avís de turbulències («els estudis no coincideixen») surt quan les fonts no coincideixen en si la tasca està exposada o no. L'OIT la compta com a exposada a partir de 0,50 (franges mitjana i alta) i Eloundou et al., amb E1 o E2. No és un error de l'eina: és informació. Les fonts fan servir mètodes i escales diferents i per això LaCabina no en fa mitjanes ni les combina. Per a una persona, la lectura és: «No hi ha una resposta única. Mirem què fas tu en aquesta tasca i què continua sent teu».

Les tasques del catàleg. Cada tasca del catàleg es compara amb **una** tasca de cada font, triada a mà. Aquestes són les lectures (valors arrodonits):

Tasca de LaCabina	OIT (2025)	Franja	Eloundou · GPT-4 / persones	Turbulències	Què continua sent teu
Respondre consultes de clients	0,63	mitjana	E2 / E1	No	Saber quan una pregunta amaga una queixa i qui l'ha de rebre
Redactar actes i resums de reunions	0,64	mitjana	E1 / E2	No	Decidir què és un acord i què només es va comentar
Mantenir fulls de càlcul i registres	0,55	mitjana	E1 / E2	No	Detectar la dada que no quadra abans que arribi a comptabilitat
Introduir i revisar factures	0,69	mitjana	E1 / E1	No	Saber quina factura és estranya encara que les xifres quadrin
Resoldre incidències amb clients o proveïdors	0,49	baixa	E2 / E1	Sí	Trucar, entendre què ha passat i arribar a un acord
Gestionar i classificar el correu	0,39	baixa	E2 / E0	Sí	Veure què és urgent de debò i a qui afecta
Gestionar agendes i cites	0,76	alta	E2 / E2	No	Encaixar persones i prioritats quan tot canvia a última hora
Preparar documents, cartes i informes	0,65	mitjana	E1 / E2	No	Triar el to i saber què no s'ha de dir per escrit
Arxivar i digitalitzar documentació	0,59	mitjana	E1 / E2	No	Decidir què es guarda, on i qui hi pot accedir
Atendre persones presencialment	0,36	baixa	E2 / E0	Sí	Llegir la persona que tens al davant i adaptar-t'hi
Coordinar-se amb altres departaments	0,39	baixa	E2 / E1	Sí	Saber a qui demanar què, i com, perquè surti a temps
Gestionar comandes i compres	0,35	baixa	E2 / E2	Sí	Notar quan un proveïdor ens està fallant abans que sigui un problema

Tasca de LaCabina	OIT (2025)	Franja	Eloundou · GPT-4 / persones	Turbulències	Què continua sent teu
Preparar dades per a nòmines o comptabilitat	0,62	mitjana	E0 / E0	Sí	Entendre l'excepció (una baixa, un endarreriment) que cap plantilla preveu
Decidir prioritats quan tot és urgent	—	—	—	—	Saber què pot esperar i què no: és criteri pur

Quan la tasca de l'OIT o d'O*NET és d'una ocupació veïna (per exemple, secretaria o compres), la pantalla ho indica a «Amb què es compara aquesta tasca».

L'informe de l'ocupació 4110. Sota les esferes, la cabina mostra les dades publicades per a l'ocupació, cada una amb la seva font:

Font	Valor	Què és
OIT WP140 (2025), ISCO-08 4110	0,60	Mitjana de les 8 tasques de l'ocupació (σ 0,10). L'OIT la classifica al gradient 4, el d'exposició més alta
Eloundou et al. (2024) · GPT-4, O*NET 43-9061	0,58	Proporció de tasques exposades
Eloundou et al. (2024) · persones, O*NET 43-9061	0,50	La mateixa mesura, anotada per persones

Són mesures diferents: no es poden sumar ni comparar directament. També hi ha una **nota de mercat**: les ocupacions administratives combinen alta exposició i alta presència de dones (ODEE, 2026). És una nota sobre l'ocupació, no sobre la persona, i per això les rutes inclouen alternatives fora d'aquest grup. LaCabina no demana ni dedueix el gènere de ningú.

Mode general (qualsevol altra ocupació)

- **Les tasques són les de l'OIT** per a l'ocupació, amb la seva puntuació 2025. A «Amb què es compara aquesta tasca» hi ha el número de tasca, la puntuació, si és una puntuació predita pel model de l'OIT o revisada per l'equip de l'OIT, i el **text original anglès**: si la traducció fa dubtar, val l'original.
- **Una sola font, sense turbulències.** Com que no hi ha segona font, no hi pot haver avís de turbulències. La pantalla ho explica («Per què aquí només hi ha l'OIT?»). No vol dir que la lectura sigui més segura: vol dir que només n'hi ha una.
- **«Què continua sent teu»** és un text general de cada franja, no de la tasca, perquè l'OIT no publica què queda per a les persones en cada tasca. La pantalla ho diu. És un bon punt de partida per preguntar: «I tu, què hi fas que no surt aquí?».
- **L'informe de l'ocupació** mostra la mitjana (μ) i la desviació (σ) de les puntuacions de les tasques i la classificació de l'OIT, tal com es publiquen. És una lectura de l'ocupació a tot el món, no de la feina concreta de la persona.

La classificació de l'OIT té sis categories. Així es reparteixen les 427 ocupacions:

Classificació de l'OIT	Ocupacions
no exposada	231
exposició mínima	84
gradient 1, exposició baixa	17
gradient 2, exposició moderada	44

Classificació de l'OIT	Ocupacions
gradient 3, exposició significativa	38
gradient 4, l'exposició més alta	13

Com parlar-ne amb la persona

Millor dir	Millor evitar
«Aquesta tasca té molt potencial d'assistència de la IA»	«Aquesta tasca desapareixerà»
«Les fonts no coincideixen: no hi ha una resposta única»	«L'eina s'equivoca» o «la xifra bona és aquesta»
«Què fas tu en aquesta tasca que no surt a la llista?»	«La teva feina té un risc del 60 %»
«És la lectura de l'OIT per a l'ocupació a tot el món»	«Això és el que passarà a la teva empresa»
«Aquí hi ha el que continua sent teu»	Quedar-se només amb l'esfera

Si la persona s'angoixa: recordeu-li que les xifres parlen de tasques i no d'ella, llegiu junts «què continua sent teu», passeu a les competències (control de passaports) i a les rutes, i, si cal, feu una pausa. Cap pantalla de LaCabina acaba en un diagnòstic.

5. Com llegir les competències (control de passaports)

Mode detallat (4110). LaCabina proposa 12 competències pròpies a partir de les tasques validades. Cada una correspon a una competència d'ESCO v1.2.1, llevat de dues que no hi tenen equivalent: «Saber on és cada cosa» (coneixement tàcit) i «Revisar textos generats per IA».

Mode general. Són les competències i els coneixements que alguna ocupació ESCO del grup ISCO de la persona marca com a **essencials** (ESCO v1.2.1). Surten en dos blocs:

- **Relacionades amb les teves tasques:** les que comparteixen alguna paraula amb una tasca que la persona ha validat. La pantalla diu de quina tasca ve cada una i quines paraules comparteixen.
- **Altres competències essencials de la teva ocupació:** la resta, en l'ordre d'ESCO, primer les que llisten més ocupacions del grup.

Cap model d'IA les tria. Els límits:

- La relació per paraules és senzilla i transparent, però pot deixar-se'n de bones o suggerir-ne alguna que no hi té res a veure. Per això la pantalla ensenya les paraules: la persona pot veure per què li surt i ignorar-la.
- ESCO descriu les ocupacions a escala europea i de manera genèrica. Hi ha grups amb moltes competències essencials i d'altres amb molt poques o cap; si no n'hi ha cap, la pantalla ho diu i la persona pot continuar.
- Les etiquetes en català són traduccions pròpies, no oficials i no revisades. Si una no té traducció, es mostra l'etiqueta oficial d'ESCO en castellà, i la pantalla ho indica.

A la sessió: les competències segellades són la base per parlar del capital professional que no surt al CV. Pregunteu per exemples concrets: «Quan va ser l'última vegada que ho vas fer?».

6. Com llegir les rutes (panell de sortides)

Les rutes surten en **ordre alfabètic** i la pantalla diu que cap no es recomana per sobre de les altres.

- **Mode detallat (4110):** les 4 rutes fetes a mà («Aprofundir en administració amb IA», «Atenció a la ciutadania», «Compres i gestió de proveïdors», «Coordinació d'oficina»), amb missions i vols pensats per a

cada una, i 4 rutes automàtiques (ISCO 2431, 3343, 4120 i 4312).
- **Mode general:** les rutes automàtiques de l'ocupació.

El criteri de les rutes automàtiques. Una ocupació surt com a ruta d'una altra quan comparteixen **almenys 5 competències essencials d'ESCO** i aquestes són, **com a mínim, el 20 %** de les de l'ocupació de partida. Si cap ocupació hi arriba, el llindar baixa una sola vegada al 10 %, i la pantalla ho diu. Amb aquesta regla, la mediana és de 6 rutes per ocupació i el màxim, 32; 9 ocupacions fan servir el llindar del 10 % i 16 no en tenen cap, sobretot perquè ESCO no els marca cap competència essencial o en marca molt poques. Cap model d'IA tria les rutes i cap xifra d'exposició hi intervé.

Cada ruta automàtica mostra:

- quantes competències essencials comparteix amb l'ocupació de la persona;
- **«Ja ho portes a bord»**: les competències compartides, amb una marca si la persona les ha segellat;
- **«Et falta practicar»**: les competències essencials de l'ocupació de destinació que no té la de partida;
- la lectura de mercat de l'ocupació de destinació (mitjana de l'OIT i classificació), que és una lectura de l'ocupació, no una recomanació;
- quatre missions: un vol de pràctica, mirar un recurs, demanar cita d'orientació al servei d'ocupació i copiar una frase del passaport al CV;
- la pestanya **Recursos**, amb recursos del catàleg de LaCabina que encaixen amb l'ocupació de destinació i amb el que falta practicar.

Els límits, per explicar-los si cal. Compartir competències vol dir que les dues ocupacions s'assemblen en el que ESCO diu que s'hi fa, i res més. El criteri no té en compte titulacions o professions regulades, salaris, condicions, demanda al territori ni ofertes de feina. Depèn de com ESCO descriu cada ocupació, i una ruta pot ser un canvi petit o un canvi que demana anys de formació. És un punt de partida per a la conversa, que és on entreu vosaltres.

Si una persona es queda sense rutes, la pantalla li diu que no vol dir que no hi hagi camins i l'envia a Recursos i als serveis d'ocupació. No cal inventar-ne cap: parleu de la destinació que ha triat i dels recursos.

7. Practicar: simulador i taller de pilotatge

Simulador. Quatre exercicis sense nota:

- **Revisa el copilot:** el copilot ha fet una feina amb errors plantats (tres per vol, triats a l'atzar d'un repertori revisat a mà) i la persona els ha de trobar. El model només reformula el text: es comprova que conservi les xifres i les paraules clau. Hi ha 17 vols en 13 famílies d'ocupacions (administració i oficina en té 5; la resta, 1 cada una).
- **Control de seguretat:** quines dades no s'han de donar a una IA.
- **Torre de control:** què es pot delegar a la IA i què no.
- **Instruccions de vol:** com demanar bé les coses a una IA.

Per defecte, el simulador fa servir la família de l'ocupació triada a la facturació. Les ocupacions que no tenen família pròpia (agricultura, pesca i forest, i els seus peons) fan servir un conjunt general de vols de comunicació (bústia, convocatòria de reunió, resposta a una clienta). La persona pot canviar de família al selector «Practica amb situacions de».

Taller de pilotatge (lacabina.cat/taller, des del simulador). La persona tria un encàrrec amb un document inventat (de notes de reunió a acta, respondre una reclamació, de factures desordenades a taula, preparar un avís de tancament, respondre una consulta per xat), escriu la instrucció per al copilot i un model real l'aplica. Després revisa el resultat amb quatre preguntes guiades (si ha conservat les xifres, si ha afegit res, si el to és adequat, si l'enviaria tal com està) i rep comentaris sobre la seva instrucció segons cinc punts:

context, dades exactes, format, què no ha de fer i comprovar-ne el resultat. No hi ha nota. El text passa pel filtre de dades personals abans de sortir. Els encàrrecs són de feina d'oficina i d'atenció: per a altres ocupacions, serveixen per practicar com es demanen les coses, no com a situació de la seva feina.

Per a la sessió: el simulador i el taller es poden fer a casa. Si es fan a la sessió, mireu junts què ha passat amb un error que no ha trobat: és on més s'aprèn.

8. Recursos i servei d'ocupació del municipi

Recursos (lacabina.cat/recursos) recull 47 recursos públics de Catalunya i de l'àrea metropolitana: 27 cursos, 7 d'orientació, 11 serveis i 2 d'acreditació de competències. Cada registre s'ha comprovat a mà a la web oficial (darrera comprovació, 24/11/2026). Surten en ordre alfabètic, sense rànquing. «Cost: no consta» vol dir que la pàgina oficial no ho indica; les edicions amb data desapareixen quan acaben.

El servei d'ocupació del municipi. La persona tria el seu municipi i veu el servei d'ocupació municipal, amb l'enllaç, el telèfon i què hi ofereixen. Hi ha els 36 municipis de l'Àrea Metropolitana de Barcelona; per a un altre municipi de Catalunya, l'eina l'envia a l'Oficina de Treball del SOC que li correspon. El municipi es queda al navegador de la persona i no es compta enlloc. A Cornellà de Llobregat, per exemple, surt el Servei Municipal d'Ocupació (borsa de treball, club de feina, orientació individual i en grup, formació i acreditació de competències).

Altres derivacions:

- **Recursos locals** del vostre servei que no siguin al catàleg: feu-nos-els arribar i els comprovarem per afegir-los.
- **Drets laborals** davant de canvis a l'empresa per la IA (canvis de funcions, formació a càrrec de l'empresa): sindicats i comitè d'empresa.
- **Malestar important** que va més enllà de la preocupació per la feina: els recursos d'atenció psicosocial habituals del vostre servei.

9. Funcions previstes per a les sessions de desembre

Aquestes dues funcions són a l'app des del 25/11/2026.

- **Pla de vol final.** Al passaport, la persona tria tres passos concrets per a les setmanes següents: **aprendre** (un curs o una acreditació del catàleg de recursos), **practicar** (un vol de la seva família o el taller) i **parlar-ne amb algú** (el servei d'ocupació del seu municipi o una oficina del SOC). Cada pas es tria d'una llista curta en ordre alfabètic: no és una recomanació. Pot descarregar un recordatori per al calendari (fitxer `.ics`), d'aquí a dues setmanes, un mes o tres mesos, i el pla surt al PDF del passaport. Tot es queda al seu dispositiu. Si una persona arriba amb el pla, és un bon punt de partida per a la sessió: comenceu pel pas de «parlar-ne amb algú».
- **Botó «Això no em quadra».** Al costat de cada tasca, lectura, competència i ruta, permet assenyalar una dada estranya triant un motiu d'una llista tancada (per exemple, «La traducció és estranya», «No és la meva feina» o «Aquesta ruta no té sentit per a mi»). S'envia només un comptador anònim amb l'element públic assenyalat i el motiu, sense cap text de la persona, es compta per mes, i serveix per revisar les dades i les traduccions. Només surt si la persona no ha marcat «No comptis el meu ús». Si una persona us diu que alguna cosa no li quadra, animeu-la a marcar-ho: és la manera més directa de millorar l'eina.

10. Com llegir el passaport

El passaport és un perfil professional privat a l'estil d'un perfil professional en línia. La persona el genera al seu dispositiu i el descarrega en PDF: LaCabina no en guarda cap còpia i no té cap enllaç públic. Si una persona us el porta, és perquè ha decidit ensenyar-vos-el.

Apartat del PDF	Què és	Com fer-lo servir a la sessió
Nom i titular	El nom és opcional; el titular, si hi és, el pot haver redactat el copilot	Pregunteu-li si s'hi reconeix
Ocupació	L'ocupació triada a la facturació, amb el codi ISCO-08	Comproveu que és la que s'assembla més a la seva feina
Llicència, hores de vol amb IA, segells	Gamificació: la llicència només avança amb els minuts de pràctica al simulador i al taller, i els segells, amb les etapes i exercicis fets	Indica fins on ha arribat. **No és una nota ni un certificat**
Extracte	Resum professional, normalment redactat amb ajuda del copilot a partir de tasques i competències validades	Punt de partida per a una carta o un perfil
Competències	Les que la persona ha segellat al control de passaports: les 12 pròpies (mode detallat) o les d'ESCO (mode general)	Base per parlar del capital professional que no surt al CV
Experiència: el que faig	Les tasques que la persona ha validat a la facturació	Punt de partida de la sessió: ja tenen les tasques identificades
Frases per al CV o LinkedIn	Frases suggerides a partir de les competències	Per adaptar al currículum, si la persona vol
Quadern de vol	Data, activitat i durada de cada exercici fet	Mostra què ha practicat
Pla de vol	La ruta triada, la destinació i les missions, fetes o pendents	Connecta amb els recursos de derivació (apartat 8)

Els textos marcats amb un **asterisc (*)** s'han redactat amb ajuda d'IA i la persona els ha revisat. El passaport **no porta cap lectura d'exposició** de la cabina. També es pot exportar en format Europass (XML), per importar-lo a un CV Europass.

Recordeu: el passaport és de la persona. No l'heu de guardar a l'expedient sense el seu permís, ni demanar-li que us el reenviï si no vol.

11. Com fer-la servir en una sessió

Com a pas previ

1. Expliqueu a la persona què és i què no és (apartat 2 i el full per a la persona de l'annex).
2. Doneu-li l'adreça: **lacabina.cat**. No cal registrar-se ni instal·lar res. Funciona al mòbil, la tauleta o l'ordinador.
3. Digueu-li que al principi li preguntarà la seva feina i que, si no la troba, pot continuar igualment.
4. Demaneu-li que, si vol, porti el **passaport en PDF** a la sessió, o que el tingui al mòbil.
5. A la sessió, comenceu per les tasques que ha validat i per les competències que ha segellat (apartats 5 i 10).

Dins d'una sessió, al costat de la persona

- Feu que la persona porti el ratolí o el mòbil: decideix ella.
- **Trieu junts l'ocupació.** Si dubta entre dues, que triï la que descrigui millor el que fa cada dia, no el nom del contracte. Si no la troba, que continuï sense triar.
- A la facturació, deixeu que corregeixi la llista del copilot. Si l'accepta sense mirar-la, pregunteu-li: «Això ho fas de debò? Hi falta alguna cosa?». Corregir la IA és el primer que s'aprèn.
- A la cabina, llegiu junts «què continua sent teu» de cada tasca, no només l'esfera.
- A les rutes, pregunteu «per què et crida l'atenció?» abans de parlar de requisits.

- Acabeu amb el servei d'ocupació del seu municipi (Recursos) i, quan hi sigui, amb el pla de vol final.
- Si feu servir un ordinador del servei, en acabar **premeu «Esborra-ho tot»** amb la persona i tanqueu el navegador. Si vol el passaport, que el descarregui abans al seu mòbil.

Una proposta per a una sessió individual d'uns 45 minuts:

Minuts	Què	Etapes
0–5	Què és i què no és LaCabina	Embarcament
5–15	Triar l'ocupació i validar les tasques	Facturació
15–25	Llegir les tasques i «què continua sent teu»	Cabina
25–35	Competències que ja té i rutes que li criden l'atenció	Control de passaports, destinació, rutes
35–45	On aprendre, a qui preguntar, pròxim pas	Recursos, servei d'ocupació del municipi, pla de vol

El simulador i el taller de pilotatge els pot fer pel seu compte després.

En un taller de grup

Cada persona fa el recorregut al seu dispositiu i, després, es parla en grup de les tasques i de les rutes. Ningú ha d'ensenyar la seva pantalla si no vol, i no es comparen lectures entre persones ni entre ocupacions.

Per conèixer l'eina

lacabina.cat/?demo carrega un recorregut d'exemple ja fet. Es mostra en memòria i no desa res: és útil per presentar l'eina o per preparar-vos una sessió. Per veure el mode general, feu un recorregut de prova amb una ocupació inventada per a una persona fictícia, sense dades reals de ningú, i en acabar premeu «Esborra-ho tot».

12. Preguntes freqüents

És un test o un diagnòstic?
No. No puntua ni classifica ningú. Ajuda la persona a entendre i a decidir.

Em pot dir si la feina d'una persona desapareixerà?
No. Cap pantalla ho diu. Les lectures són estimacions públiques sobre tasques.

Funciona per a qualsevol ocupació?
Sí, per a les 427 ocupacions de quatre xifres de l'ISCO-08 que puntua l'OIT. L'ocupació pilot (4110, oficinistes generals) té més detall: dues fonts per tasca i rutes fetes a mà. La resta fan servir les tasques de l'OIT, les competències d'ESCO i rutes automàtiques.

Per què la meva feina no surt?
El cercador busca ocupacions ISCO-08, que són grups amplis, no càrrecs. Proveu un nom més general («administrativa» en lloc del nom del lloc), en castellà o en anglès, o una paraula del que feu. El cercador coneix els noms habituals i els títols d'ESCO, però no tots els noms alternatius que existeixen. Si no la trobeu, trieu la que s'hi assembli més, o continueu sense triar: llavors l'eina fa servir el catàleg d'oficina i hi podeu afegir les vostres tasques. Les forces armades no hi són perquè l'OIT no les puntua.

Per què aquesta ruta?
Perquè l'ocupació de destinació comparteix almenys 5 competències essencials d'ESCO amb la vostra i aquestes són, com a mínim, el 20 % de les vostres (o el 10 %, si cap no arribava al 20 %, i la pantalla ho diu). A «Ja ho portes a bord» es veu quines són. No vol dir que sigui una bona opció ni que hi hagi feina: no té en compte titulacions, salaris ni ofertes. Les 4 rutes fetes a mà de l'ocupació pilot s'han triat a mà per a persones d'oficina.

I si no em surt cap ruta?
Passa en 16 de les 427 ocupacions, sobretot perquè ESCO no hi marca competències essencials o en marca molt poques. No vol dir que no hi hagi camins: la pantalla porta a Recursos i al servei d'ocupació.

Les traduccions són oficials?
No. Els títols de les ocupacions, les tasques de l'OIT i les competències d'ESCO en català són traduccions pròpies de LaCabina, fetes amb l'ajuda d'un model de llenguatge i amb una revisió de mostra, no oficials i encara no revisades per cap servei lingüístic extern ni contrastades amb el TERMCAT. A la cabina sempre es pot veure el text original de l'OIT en anglès.

Per què la meva ocupació no té turbulències?
Perquè les turbulències surten quan dues fonts no coincideixen, i fora de l'ocupació pilot només hi ha una font per tasca (l'OIT).

D'on surten les xifres?
De l'OIT (Working Paper 140, 2025), d'Eloundou et al. (2024) i d'ESCO v1.2.1, extretes a una versió fixa. Cap xifra la calcula ni la tria una IA.

Les xifres són de Catalunya?
No. L'índex de l'OIT és mundial i puntua tasques d'ocupacions, no llocs de feina d'un territori.

Per què no hi ha una sola xifra de risc?
Perquè les fonts no sempre coincideixen i fan servir escales diferents. LaCabina mostra cada lectura amb la seva font i avisa quan discrepen.

La IA s'equivoca?
Pot equivocar-se. Per això la persona revisa i corregeix tot el que proposa, i cada resposta passa un control automàtic (format, català, sense dades inventades) abans de mostrar-se. Les xifres i els errors dels exercicis surten de taules revisades, no del model.

Puc veure els resultats d'una persona?
Només si ella us els ensenya o us dona el passaport. No hi ha comptes, ni accés per a serveis, ni cap informe per persona.

La puc fer servir en un ordinador del servei?
Sí. En acabar, premeu «Esborra-ho tot» i tanqueu el navegador.

Cal registrar-se?
No. Cal connexió a internet.

Està en castellà?
Ara només en català, tot i que el cercador d'ocupacions també entén noms en castellà i en anglès. La versió en castellà està prevista a la versió 1.0.

Les rutes són recomanacions?
No. Surten en ordre alfabètic, sense rànquing, i no s'aparellen amb ofertes de feina. La persona tria.

Què passa amb el text que s'envia a la IA?
La persona veu exactament què s'envia, amb les dades personals amagades, i ha de donar-hi el consentiment. Va a Munito AI, en servidors de la Unió Europea, sense que es conservi ni es faci servir per entrenar models. Més informació a lacabina.cat/privacitat i lacabina.cat/transparencia-ia.

Té cost?
No. És gratuïta per a la persona.

13. Fonts i versions

- **OIT, Working Paper 140**: Gmyrek, P. et al. (2025). *Generative AI and Jobs: A Refined Global Index of Occupational Exposure*. © OIT, CC BY 4.0. Puntuacions per tasca i mitjana, σ i classificació de cada ocupació, del fitxer publicat pels autors (commit `ce5fc25`): 427 ocupacions i 3.265 tasques, sense filtrar ni reordenar. Traducció i adaptació pròpies, no oficials.
- **Eloundou, T. et al. (2024)**. *GPTs are GPTs: Labor market impact potential of LLMs*. Science, 384(6702). Dades publicades pels autors (commit `0471612`), MIT; textos de tasques d'O*NET (USDOL/ETA), CC BY 4.0. Només per a l'ocupació pilot.
- **ESCO v1.2.1**, Comissió Europea, consultada per l'API pública el 24/11/2026. Aquest servei fa servir la classificació ESCO de la Comissió Europea. Traducció al català pròpia i no oficial.
- **ODEE (2026)**: Observatori Dona, Empresa i Economia, Cambra de Comerç de Barcelona.
- **Recursos i serveis d'ocupació**: webs oficials de cada entitat i dels 36 municipis de l'AMB, comprovades a mà el 24/11/2026.

La correspondència entre les tasques de LaCabina i les fonts, l'atles de les ocupacions, el criteri de les rutes i el mètode de traducció estan documentats al repositori del projecte (`prototype/data/README.md`). Dades de l'ocupació pilot extretes el 23/11/2026.

Annex · Full per a la persona (per donar o enviar)

LaCabina · lacabina.cat

LaCabina t'ajuda a entendre com la IA pot canviar les tasques que fas a la feina, quines competències ja tens i quins camins pots explorar. És gratuïta, en català, serveix per a qualsevol ocupació i no cal registrar-se.

Com funciona: busca la teva ocupació, explica què vas fer ahir a la feina, revisa les tasques que et proposa la IA, mira com pot canviar cada tasca, segella les competències en què et reconeixes, tria una destinació, mira les rutes i els recursos, i practica amb exercicis curts. Al final, descarrega el teu passaport en PDF.

El que has de saber:

- La IA fa de copilot: proposa, però decideixes tu. Es pot equivocar: revisa el que et proposa.
- Les xifres són estimacions públiques sobre tasques (OIT, ESCO i, per a la feina d'oficina, Eloundou et al.), no prediccions sobre tu.
- Els textos en català de les ocupacions, les tasques i les competències són traduccions pròpies, no oficials.
- Tot es queda al teu dispositiu. Ningú (ni l'empresa ni el servei d'ocupació) veu els teus resultats si tu no els ensenyes.
- No hi escriguis noms de clients, de companys ni secrets de l'empresa.

Si no trobes la teva feina, tria la que s'hi assembli més o continua sense triar-ne cap.

Si vols, porta el passaport a la propera sessió d'orientació.