

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11



# MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

<https://apps4health.eu/>

Ενότητα 8 - Συνεδρία αυτοδιδασκαλίας (8.3)

Εφαρμογές για τη φροντίδα των  
νεογέννητων





# Εταίροι

**POLIBIENESTAR**  
VNIVERSITAT ID VALÈNCIA

UNIVERSITAT DE VALENCIA  
ΒΑΛΕΝΣΙΑ, ΙΣΠΑΝΙΑ  
[www.uv.es](http://www.uv.es)



OXFAM ITALIA INTERCULTURA  
APETZO, ITALY  
[www.oxfamitalia.org/](http://www.oxfamitalia.org/)

**PROLEPSIS**  
INSTITUTE

PROLEPSIS  
ΑΘΗΝΑ, ΕΛΛΑΔΑ  
[www.prolepsis.gr](http://www.prolepsis.gr)

**IAT**  
Institute for Work and Technology

WESTFALISCHE HOCHSCHULE GELSENKIRCHEN,  
BOCHOLT, RECKLINGHAUSEN  
ΓΚΕΛΣΕΝΚΙΡΧΕΝ, ΓΕΡΜΑΝΙΑ  
[www.w-hs.de](http://www.w-hs.de)



**connexions**  
ICT for Education and Social Impact

CONNEXIONS  
ΑΘΗΝΑ, ΕΛΛΑΔΑ  
[www.connexions.gr](http://www.connexions.gr)



RESET  
ΚΥΠΡΟΣ  
[www.resetcy.com](http://www.resetcy.com)



media k GmbH  
Μπαντ Μέργκεντχάιμ, ΓΕΡΜΑΝΙΑ  
[www.media-k.eu](http://www.media-k.eu)

**coördina**  
Strategy and Sustainable Results

COORDINA ORGANIZACIÓN DE EMPRESAS Y  
RECURSOS HUMANOS, S.L.  
ΒΑΛΕΝΣΙΑ, ΙΣΠΑΝΙΑ  
[coordin-a-oerh.com](http://coordin-a-oerh.com)



AMSED  
ΣΤΡΑΣΒΟΥΡΓΟ, ΓΑΛΛΙΑ  
[www.amseΔ.fr](http://www.amseΔ.fr)





# Συνεδρία αυτοδιδασκαλίας: Περιεχόμενο

1. Κουίζ και αυτοαξιολόγηση



**Πόσες ώρες ύπνου συνιστώνται για ένα παιδί ηλικίας 4 έως 12 μηνών;**

*Μόνο μία απάντηση είναι σωστή!*

A. 11 - 14 ώρες

B. 12 - 16 ώρες

Γ. 9 - 12 ώρες

Δ. 10 - 13 ώρες

**Πόσες ώρες ύπνου συνιστώνται για ένα παιδί ηλικίας 1 έως 2 ετών;**

*Μόνο μία απάντηση είναι σωστή!*

A. 11 - 14 ώρες

B. 12 - 16 ώρες

Γ. 9 - 12 ώρες

Δ. 10 - 13 ώρες

**Πόσες ώρες ύπνου συνιστώνται για ένα παιδί ηλικίας 3 έως 5 ετών;**

*Μόνο μία απάντηση είναι σωστή!*

A. 11 - 14 ώρες

B. 12 - 16 ώρες

Γ. 9 - 12 ώρες

Δ. 10 - 13 ώρες

**Πόσες ώρες ύπνου συνιστώνται για ένα παιδί ηλικίας 6 έως 12 ετών;**

*Μόνο μία απάντηση είναι σωστή!*

A. 11 - 14 ώρες

B. 12 - 16 ώρες

Γ. 9 - 12 ώρες

Δ. 10 - 13 ώρες

**Ποια εφαρμογή σχετίζεται με την καθημερινή καταχώρηση δεδομένων;**

*Μόνο μία απάντηση είναι σωστή!*

A. Milk time - Χρονόμετρο για  
θηλασμό

B. Pediamécum AEP

Γ. My Baby - Ημερολόγιο  
νεογέννητου

Δ. BLW Meals



**Ποια εφαρμογή σχετίζεται με τη διατροφή;**

*Μόνο μία απάντηση είναι σωστή!*

A. Milk time - Χρονόμετρο για  
θηλασμό

B. Pediamécum AEP

Γ. My Baby - Ημερολόγιο  
νεογέννητου

Δ. BLW Meals

**Ποια εφαρμογή σχετίζεται με τον θηλασμό;**

*Μόνο μία απάντηση είναι σωστή!*

A. Milk time - Χρονόμετρο για  
θηλασμό

B. Pediamécum AEP

Γ. My Baby - Ημερολόγιο νεογνού

Δ. BLW Meals



# MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

Συγχαρητήρια!

Ολοκληρώσατε τη διδασκαλία  
αυτής της ενότητας!



Με τη συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.