

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11



MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

<https://apps4health.eu/>

Module 9 - Session d'auto-apprentissage (9.3)

Applications de santé pour les personnes âgées



Cofinancé par
l'Union européenne

Financé par l'Union européenne. Les points de vue et opinions exprimés n'engagent que leurs auteurs et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne peuvent en être tenues pour responsables.





Partenaires

POLIBIENESTAR
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

UNIVERSITAT DE VALENCIA
VALENCIA, ESPAGNE
www.uv.es



OXFAM ITALIA INTERCULTURA
AREZZO, ITALIE
www.oxfamitalia.org/

PROLEPSIS
INSTITUTE

PROLEPSIS
ATHENES, GRECE
www.prolepis.gr

IAT
Institute for Work and Technology

WESTFALISCHE HOCHSCHULE GELSENKIRCHEN,
BOCHOLT, RECKLINGHAUSEN
GELSENKIRCHEN, ALLEMAGNE
www.w-hs.de



connexions
ICT for Education and Social Impact

CONNEXIONS
ATHENES, GRECE
www.connexions.gr



RESET
CHYPRE
www.resetcy.com



media k GmbH
Bad Mergentheim, ALLEMAGNE
www.media-k.eu

coördina
Strategy and Sustainable Results

COORDINA ORGANIZACIÓN DE EMPRESAS Y
RECURSOS HUMANOS, S.L.
VALENCIA, ESPAGNE
coordin-a-oerh.com



AMSÉD
STRASBOURG, FRANCE
www.amsed.fr





Session d'auto-apprentissage : Contenu

1. Quiz et auto-évaluation



Quelles sont les affirmations correctes concernant les personnes âgées ?

Deux réponses sont correctes !

A. Une personne âgée de 80 ans peut avoir de meilleures capacités cognitives qu'une autre.

B. Une personne de 80 ans peut avoir de meilleures capacités cognitives qu'une personne de 60 ans.

C. Toutes les personnes âgées de 80 ans ont les mêmes capacités cognitives.

D. Les personnes âgées de 60 ans ont toujours de meilleures capacités cognitives que les personnes âgées de 80 ans.



Les Nations Unies définissent une "personne âgée" comme étant...

Deux réponses sont correctes !

A. Plus de 60 ans

B. Avoir 45 ans

C. Avoir 40 ans

D. Plus de 65 ans



Les processus de vieillissement progressent individuellement.

Vrai

Faux



**Les processus de vieillissement ne sont influencés que par les déclin
biologiques.**

Vrai

Faux



Les facteurs influençant les processus de vieillissement sont...

Deux réponses sont correctes !

A. Activités physiques au cours de la vie.

B. Couleur du pantalon.

C. Habitudes alimentaires au cours de la vie.

D. Couleur des chaussures.



Les personnes âgées sont...

Une seule réponse est correcte !

A. Tous les mêmes en ce qui concerne la santé physique et mentale.

B. Sont diversifiés en termes de santé physique et mentale.

C. Tous les mêmes en ce qui concerne la capacité fonctionnelle.

D. Tous les mêmes en ce qui concerne l'exécution des AVQ.



Que signifie l'abréviation "ADL" ?

Une seule réponse est correcte !

A. Activités pendant le déjeuner.

B. Activités de la vie quotidienne.

C. Activités de la vie quotidienne.

D. Vieillir différemment au niveau local.



Vieillir en bonne santé, c'est

Deux réponses sont correctes !

A. Diminution de la capacité fonctionnelle.

B. Maintien de la capacité fonctionnelle.

C. Améliorer la santé, l'indépendance et la qualité de vie.

D. Déclin de la santé, de l'indépendance et de la qualité de vie.



Faire correspondre les colonnes

Faites correspondre les colonnes !

A. Medisafe - Rappel de pilules.

A. Application pour la santé mentale.

B. Elevate - Entraînement cerebral.

B. Application pour la gestion des maladies chroniques.

C. Calm - Pratiques de méditation et aide au sommeil.

C. Application pour l'entraînement aux activités cognitives.

D. Tai Chi - Débutants vitalité.

D. Application pour l'entraînement aux activités physiques.



Les applications peuvent aider les personnes atteintes de démence légère à être plus indépendantes.

Vrai

Faux



Les fonctionnalités de base communes à la plupart des applications de santé pour les personnes âgées sont...

Deux réponses sont correctes !

A. Autocontrôle/suivi.

B. Les achats en ligne.

C. Faire des dessins.

D. Indices ou notifications push.



Les applications ne peuvent pas aider les personnes malvoyantes ou aveugles.

Vrai

Faux



Ressource d'auto-apprentissage supplémentaire : "Modèle de journal de l'utilisateur"

- Vous trouverez le modèle de "journal de l'utilisateur" sous forme de document Word sur la plateforme de formation en ligne !
- Pour compléter cette partie de la session d'auto-apprentissage, veuillez retourner à la session de formation expérimentale et lire les instructions pour le défi de l'intégration dans la vie réelle !





MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

Félicitations !

Vous avez terminé l'auto-apprentissage de ce module !



Cofinancé par
l'Union européenne

Financé par l'Union européenne. Les points de vue et opinions exprimés n'engagent que leurs auteurs et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne peuvent en être tenues pour responsables.