

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11



MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

<https://apps4health.eu/>

**Modulo 8 - Sessione di formazione esperienziale
(8.2)**

Cura del neonato



Cofinanziato
dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.





Partners

POLIBIENESTAR
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

UNIVERSITAT DE VALÈNCIA
VALENCIA, SPAIN
www.uv.es



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

PROLEPSIS
INSTITUTE

PROLEPSIS
ATHENS, GREECE
www.prolepsis.gr

IAT
Institute for Work and Technology

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



connexions
ICT for Education and Social Impact

CONNEXIONS
ATHENS, GREECE
www.connexions.gr



RESET
CYPRUS
www.resetcy.com



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

coördina
Strategy and Sustainable Results

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



AMSED
STRASBOURG, FRANCE
www.amsed.fr





Obiettivi

- ✓ Padroneggiare l'uso delle applicazioni neonate



Fonte: Immagine da nuraghies su Freepik



Sessione di formazione esperienziale

I partecipanti sono invitati a prendere parte a una sfida sanitaria utilizzando una delle applicazioni sanitarie offerte nelle app Mig-Health.



1

Ogni partecipante dovrebbe pensare a quale applicazione può essere utile per la cura del proprio neonato.

Una volta identificati, i partecipanti navigheranno sulla piattaforma Mig-health Apps per scaricare l'app e iniziare ad utilizzarla.



2

Una volta scaricata l'applicazione, allo studente verrà richiesto di registrarsi e di accettare tutti i termini di utilizzo e le politiche sulla privacy.



3

Gli studenti utilizzeranno successivamente l'applicazione in modo asincrono per una o due settimane.

Gli studenti torneranno quindi sulla piattaforma per commentare la loro esperienza attraverso commenti o video.



3

Gli studenti utilizzeranno successivamente l'applicazione in modo asincrono per una o due settimane.

Gli studenti torneranno quindi sulla piattaforma per commentare la loro esperienza attraverso commenti o video.



Pianificazione delle azioni e definizione degli obiettivi

Nell'attività precedente i partecipanti alla sessione hanno scelto dal programma Mig-health Apps un'applicazione che può essere utile per la cura del proprio neonato:

"C'è qualcosa su cui vorresti lavorare per aiutarti a raggiungere il tuo obiettivo di salute?"



I piani d'azione sono descrizioni dettagliate delle azioni che una persona intraprenderà per raggiungere un obiettivo.

Passaggio 1: imposta un obiettivo SMART

Passaggio 2: identifica le attività

Passaggio 3: alloca le risorse

Passaggio 4: dai priorità alle attività

Passaggio 5: stabilisci scadenze e traguardi

Passaggio 6: monitora e rivedi il piano d'azione



Pianificazione delle azioni e definizione degli obiettivi

Fasi del piano d'azione:

1. Individuazione di un nuovo obiettivo
2. Realizzazione di un piano per raggiungerlo

- Obiettivo SMART significa Specifico, Misurabile, Arrivabile, Rilevante e Temporalmente limitato

Esempio

Obiettivo: Voglio monitorare la routine del sonno di mio figlio

Piano d'azione: Scarico un'app per monitorare il sonno del bambino, la uso per un mese, dopo quel periodo ne valuto l'utilità e, se necessario, adeguo il piano.



Pianificazione delle azioni e definizione degli obiettivi

Presenta il tuo piano d'azione per la salute



Ogni partecipante ha 5 minuti per presentare il proprio piano d'azione.





MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

Congratulazioni!
Hai completato la sessione di
formazione esperienziale di questo
modulo!



**Cofinanziato
dall'Unione europea**

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agencia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.