

GUIDA PASSO PER PASSO

Modulo 4 – L’Alfabetizzazione sanitaria e l’Utilizzo dei servizi interattivi: i Social Media

Questa è una breve Guida Passo per Passo per assisterti nell’uso dei principali social media utili per i caregiver.

Segui le istruzioni che troverai all’interno della Guida per poter avere accesso e imparare a gestire Facebook, Skype, Messenger, WhatsApp e Viber.

Ricorda che avrai bisogno di una connessione Internet per poter scaricare e utilizzare le App (applicazioni) di ciascun social sul tuo smartphone o tablet.

Facebook

Facebook è uno dei più popolari social network gratuito che consente agli utenti registrati di creare il proprio profilo personale o una pagina pubblica da gestire o un gruppo (pubblico o privato) da gestire.

Su Facebook, gli utenti registrati hanno la possibilità di caricare foto, documenti, notizie e video, inviare messaggi e rimanere in contatto con amici, familiari e colleghi, fare rete, pubblicizzare un evento, ecc.

Il social network Facebook è disponibile

- Via App di Facebook 



- o Via sito web Facebook | www.facebook.com

Se utilizzi un tablet o uno smartphone, l'opzione più semplice è quella di scaricare e installare l'applicazione (App) di Facebook sul dispositivo che vuoi utilizzare.
Segui le istruzioni riportate in seguito per scoprire come fare.

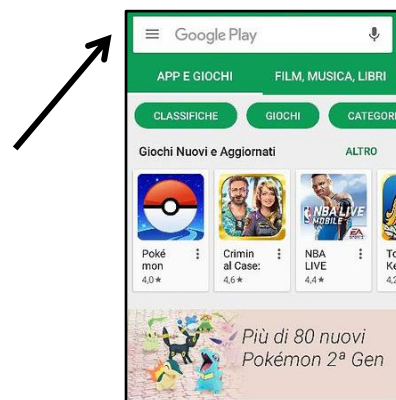
1° PASSO – CERCA E INSTALLA L'APP DI FACEBOOK

SISTEMA ANDROID

Cerca l'icona dello Store (negozio) di Google Play sul tuo tablet/smartphone e cliccaci sopra.



Nella barra di ricerca posta in alto scrivi "Facebook" e premi invio.

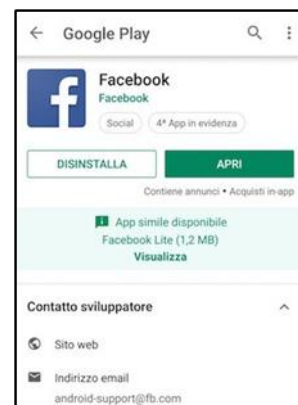


Quando compare l'app di Facebook, clicca su "installa" e attendi finché l'App non sarà installata sul tuo smartphone/tablet.







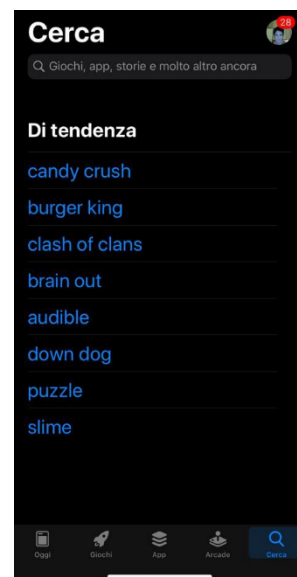
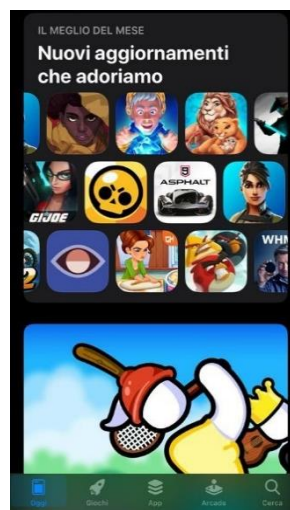
L'installazione sarà completata quando comparirà il pulsante **"Apri"** sulla stessa schermata. Clicca su **"Apri"** e inizia a creare il tuo account personale su Facebook.



SISTEMA IOS

Cerca l'icona del tuo App Store  sul tuo tablet/smartphone e cliccaci sopra.

Clicca sull'icona della lente d'ingrandimento  sul fondo della schermata, quando compare la barra di ricerca in alto, cliccaci e scrivi "Facebook". Premi invio.



Quando l'app di Facebook compare, clicca su **"ottieni"** e attendi finché non verrà installata l'app sul tuo smartphone/iPad.





L'installazione sarà completata quando comparirà il pulsante **"Apri"** sulla stessa schermata. Clicca su **"Apri"** e inizia a creare il tuo account personale su Facebook.



2° PASSO – CREA IL TUO ACCOUNT

Clicca su **"Crea il tuo account"** (o **"registrati"**) e segui le istruzioni che compariranno sull'App di Facebook.

Per registrarti, dovrai utilizzare il tuo indirizzo e-mail o il tuo numero di telefono e dovrai creare una tua password segreta.

Una volta ultimati questi passaggi iniziali, potrai iniziare ad aggiungere alla tua lista di **"amici"** le persone che conosci, potrai mettere **"mi piace"** alle pagine di tuo interesse (aziende, personaggi famosi, club sportivi, ecc.) per rimanere aggiornato sulle loro attività, potrai iscriverti ad un gruppo su Facebook, condividere le tue foto, pubblicare i tuoi pensieri, mandare messaggi privati, ecc.



NOTA: Dopo la registrazione dell'account, non è necessario seguire nuovamente le istruzioni precedenti per accedere all'app Facebook, poiché l'app sarà già installata.

Vai alla *home page* del tuo tablet/smartphone e cerca l'icona di Facebook, fai clic su di essa e inizia a utilizzare l'app. Non dovrai inserire nuovamente le tue credenziali (nome utente e password).

3° PASSO – FUNZIONI PRINCIPALI

- ✚ **Crea il tuo profilo personale:** Puoi mostrare informazioni su di te, il tuo nome, la tua foto profilo e la tua immagine di copertina.



- ✚ Invia ad un altro utente una **"richiesta di amicizia"** o accetta la **"richiesta di amicizia"** di un altro utente: ora riceverai notifiche da altri **"utenti amici"** e sulla tua bacheca compariranno aggiornamenti sulle loro attività condivise su Facebook.

Per inviare una **"richiesta di amicizia"**, digita nella barra di ricerca il nome della persona che desideri aggiungere, vai al suo profilo e fai clic sul pulsante **"Aggiungi agli amici"**.



- ✚ **Condividi** note, foto, video, link ecc. sulla tua bacheca di Facebook, sulla bacheca dei tuoi **"Amici di Facebook"**, in un **"Gruppo Facebook"** (se sei un membro), su una **Pagina Facebook** (se la pagina permette di aggiungere commenti).
Tuttavia, presta attenzione alle impostazioni della privacy: scegli lo stato privato o pubblico in modo coscienzioso (guarda i suggerimenti sulle cose da fare e da non fare riportati in seguito).



In generale, puoi decidere di condividere i tuoi contenuti:

- Solo con te stesso
- Solo con i tuoi amici di FB
- Solo con alcuni amici specifici di FB
- Con tutti i tuoi amici di Facebook "eccetto alcuni" (potrai specificare a quali contatti nascondere i tuoi contenuti)
- Col pubblico, visibile cioè anche ai contatti con cui non sei amico



CLICCA SUI TRE PUNTINI PER MODIFICARE LE IMPOSTAZIONI SULLA PRIVACY

- ✚ Cerca una pagina specifica e clicca su "mi piace" per rimanere aggiornato sulle sue attività.



- ✚ Cerca un "Gruppo Facebook" specifico nella barra di ricerca, vai al profilo e clicca sul pulsante "iscriviti al gruppo".
I gruppi consentono alle persone di incontrarsi online per condividere informazioni e discutere di argomenti specifici.
Puoi anche creare il tuo gruppo, ma ricorda di prestare attenzione all'impostazione della privacy:



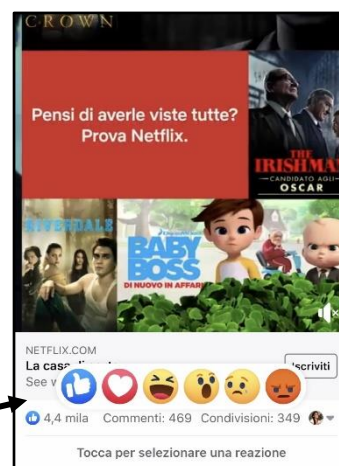
- **"Pubblico"**: il gruppo, i membri e i commenti sono visibili al pubblico generale che non può interagire senza iscriversi al gruppo



- **"Chiuso"**: il gruppo e membri sono visibili al pubblico, ma i commenti non sono visibili fino a quando non si è entrati nel gruppo
- **"Segreto"**: nessun contenuto può essere visto dal pubblico generale. Un membro deve invitarti a unirti al gruppo.

✚ Quando vedi un'attività interessante, **usa il pulsante "mi piace"** ("mi piace", "Love", "Ahah", "Wow", "Sigh", or "Grrr") o aggiungi un **commento, un link o altri media**: questo ti permetterà di interagire facilmente con le attività dei tuoi amici di FB, delle pagine a cui hai messo "mi piace" e dei gruppi FB a cui sei iscritto.

TIENI PREMUTO IL
PULSANTE "MI PIACE" PER
VEDERE LE ALTRE REAZIONI



✚ **Partecipa ad un "evento" o creane uno tu**


Gli eventi di Facebook permettono ai tuoi amici di conoscere gli eventi che si svolgeranno prossimamente nella tua comunità (possono essere pubblici, rivolti a tutti, oppure privati su invito).

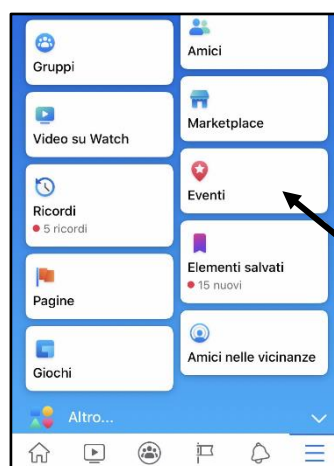
Cerca la sezione dedicata agli eventi:



ehealth Literacy Learning skills among carers of older people and people with Dementia



1: CLICCA
SULL'ICONA DEL
MENU  IN
ALTO A DESTRA
(ANDROID) O IN
BASSO A
DESTRA (IOS)



2: CLICCA SULL'ICONA
DEDICATA AGLI
EVENTI

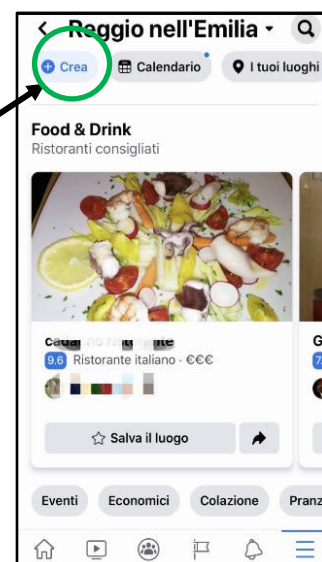
1- Prendi parte ad uno degli eventi promossi su Facebook:

Puoi far sapere ai tuoi amici quali eventi ti interessano o a quali parteciperai rispondendo agli inviti (li vedrai facendo clic sul pulsante di notifica). Puoi anche cercare e trovare eventi facendo clic sull'opzione "Vedi altro" nel menu e potrai visualizzare l'elenco dei prossimi eventi, presentati in base alla tua località e interessi.

→ Prossimi Eventi. Quando rispondi "parteciperò" o "mi interessa", riceverai notifiche e promemoria che ti aggiorneranno sugli eventuali cambiamenti di luogo e orario e altre informazioni utili relative all'evento stesso.

PUOI ESPORARE E TROVARE NUOVI
EVENTI IN BASE ALLA DATA O AL LUOGO

CLICCA SU QUESTA ICONA IN FONDO ALLA PAGINA
PER CREARE IL TUO EVENTO (ANDROID) / SU IOS
INVECE, CLICCA SU "CREA" SOPRA LA PAGINA PER
CREARE IL TUO EVENTO . VEDI PUNTO 2 QUI SOTTO.





eLILY

ehealth Literacy Learning skills among carers of older people
and people with Dementia



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

2- Puoi anche creare il tuo evento!


Puoi anche creare il tuo evento e invitare i tuoi amici a unirsi a te.

1° PASSO: DECIDI SE VUOI CREARE UN EVENTO PRIVATO (SOLO GLI AMICI CHE INVITI LO VEDRANNO) OPPURE PUBBLICO (TUTTI I TUOI AMICI E GLI UTENTI DI FB LO VEDRANNO)

2° PASSO: AGGIUNTI UNA FOTO PER FAR CAPIRE DI COSA SI TRATTA

3° PASSO: COMPILA I CAMPI CON LE INFORMAZIONI UTILI: TITOLO, DATA, ORA E LUOGO, DESCRIZIONE DELL'EVENTO, ECC.

4° PASSO: UNA VOLTA AGGIUNTE LE INFORMAZIONI UTILI, CLICCA SU "CREA". ORA PUOI CONDIVIDERE L'EVENTO SULLA TUA BACHECA E INVITARE I TUOI AMICI.

 **Scarica Facebook Messenger** per contattare privatamente i tuoi "amici": le istruzioni sono nella sezione dedicata (Messenger) di questa guida.

SUGGERIMENTI SU COSA FARE E COSA NON FARE

Di seguito troverai alcuni esempi di **cosa fare** e **cosa non fare** quando utilizzi Facebook:

FARE	NON FARE
Usa le impostazioni sulla privacy su Facebook: scegli chi può vedere ciò che condividi e come può vedere le tue foto.	Condividere le foto di minori (ad es. un nipote) senza il consenso dei genitori.

Condividi articoli, video, immagini che ritieni interessanti se la fonte è sicura.	Condividi i contenuti senza controllare la fonte o le notizie false.
Reagisci e commenta i post e i contenuti di altri utenti (ad es. Amici o pagine che segui).	Esprimere la tua opinione in modo violento e volgare, offendendo altre persone. Non perpetrare discorsi d'odio. Ricorda che la diffamazione è un reato . Inoltre, ricorda di non usare il Blocco Maiuscole (uso di lettere MAIUSCOLE), è scortese poiché nel linguaggio social corrisponde ad un tono "urlato".
Aggiungi come "amico" altri utenti che potresti conoscere nella vita reale o trova nuovi "amici di Facebook".	Accettare le richieste di amicizia senza essere sicuri di chi siano i proprietari di quell'account. Controlla prima il loro profilo.
Utilizza una foto reale di te stesso come foto profilo.	Creare un falso account.

Skype

Skype è un software che permette alle persone di conversare tra loro. Skype permette agli utenti registrati di effettuare chiamate vocali e video gratuite, singole o di gruppo, condividere file e mandare messaggi ad altre persone sulla piattaforma. Skype viene utilizzato per diversi scopi: fare colloqui e meeting di lavoro, dare lezioni, organizzare sedute terapeutiche, telemedicina, ecc.



Skype è disponibile,

- o tramite l'App di Skype 
- o tramite il sito internet di Skype | www.skype.com

Se stai utilizzando un tablet o uno smartphone, la scelta più semplice è scaricare l'App di Skype sul tuo dispositivo. Segui le istruzioni che troverai in questa sezione per iniziare a farlo.

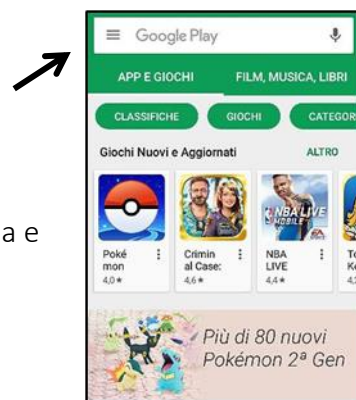
1° PASSO – CERCA E SCARICA L'APP DI SKYPE

SISTEMA ANDROID

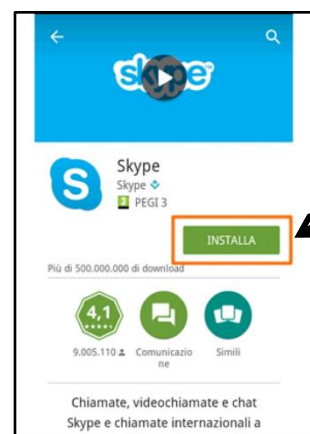


Cerca l'icona di Google Play Store sul tuo tablet/smartphone e cliccaci sopra.

Scrivi "Skype" nella barra di ricerca nella parte superiore della pagina e premi invio.



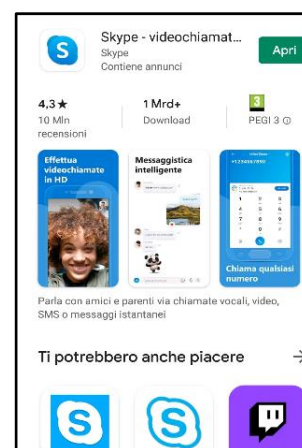
Quando l'App di Skype apparirà, clicca sul bottone "Installa" e attendi fino a che l'App non sarà installata sul tuo smartphone/tablet.







Il procedimento sarà completo quando apparirà il bottone “Apri” sullo schermo del tuo tablet/smartphone.

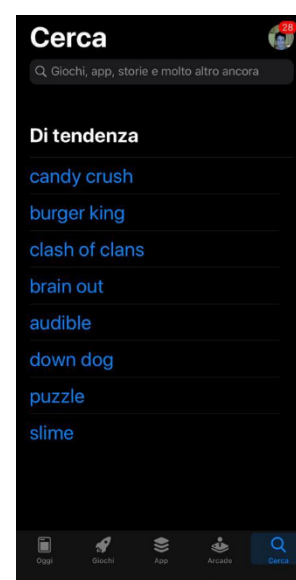
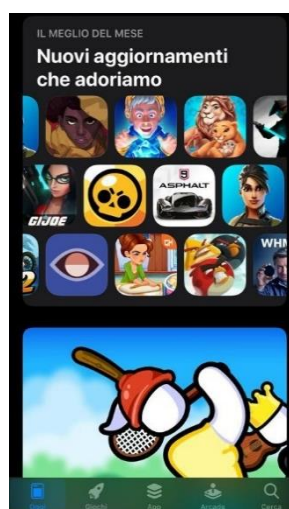
Ora puoi cliccarci sopra e iniziare a creare il tuo account personale Skype account.



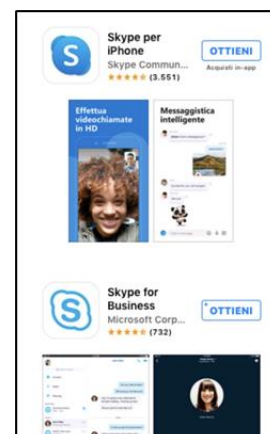
SISTEMA IOS

Cerca l'icona dell'App Store  sul tuo tablet/smartphone e cliccaci sopra.

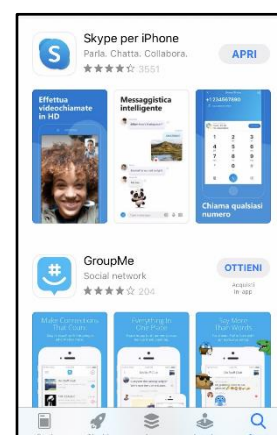
Clicca sull'icona di ricerca  nella parte inferiore della pagina; successivamente scrivi “Skype” nella barra di ricerca e premi invio.



Quando l'App di Skype apparirà, clicca sul bottone "Ottieni"
e attendi fino a che l'App sarà installata sul tuo smartphone/tablet.



Il procedimento sarà concluso quando apparirà il bottone "Apri" sullo
schermo del tuo tablet/smartphone.
Ora puoi cliccarci sopra e iniziare a creare il tuo account personale
Skype.

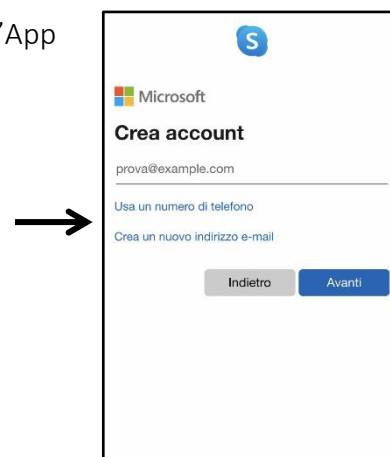


2° PASSO – CREA IL TUO ACCOUNT

Clicca su "Crea account" (o una dicitura simile) e segue le istruzioni che l'App
di Skype App ti darà.

Dovrai registrar il tuo account usando il tuo indirizzo email/numero di
telefono e una password segreta.

Quando il tuo account sarà pronto, potrai cercare e aggiungere contatti,
audio/videochiamarli, mandare loro messaggi, condividere file, ecc..

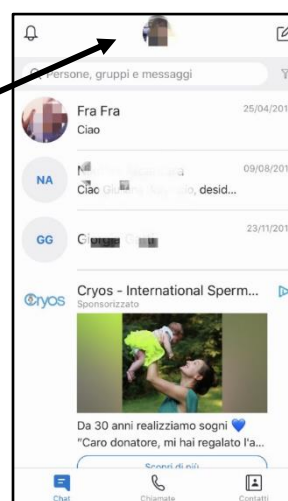


NOTA BENE: Dopo la registrazione dell'account, non è necessario seguire nuovamente le istruzioni precedenti per i futuri accessi all'App di Skype, poiché sarà già installata. Vai alla home page del tuo tablet/smartphone e cerca l'icona di Skype, fai clic su di essa e inizia a utilizzare l'App. Non dovrai inserire nuovamente le tue credenziali (nome utente e password).

3° PASSO – PRINCIPALI FUNZIONI

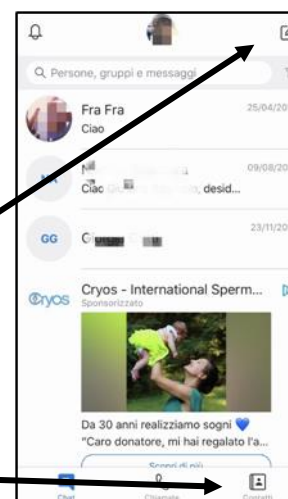
- ✚ **Crea il tuo profilo personale:** puoi aggiungere la tua foto e il tuo nome.

CLICCA QUI PER AGGIUNGERE LA TUA FOTO E LE TUE INFORMAZIONI DI PROFILO (SEZIONE "PROFILO SKYPE PROFILE")



- ✚ Manda a un altro utente una "**richiesta di contatto**" o accetta la richiesta di contatto di un altro utente: ora puoi ricevere chiamate, video chiamate, e messaggi dagli altri "contatti".

PER MANDARE UNA "RICHIESTA DI CONTATTO", CLICCA QUI E SCRIVI IL NOME SKYPE DELLA PERSONA CHE VUOI CONTATTARE NELLA BARRA DI RICERCA NELLA PARTE SUPERIORE DELLA PAGINA.
QUANDO IL NOME DELLA PERSONA APPARIRÀ, CLICCA SUL BOTTONE "AGGIUNGI"



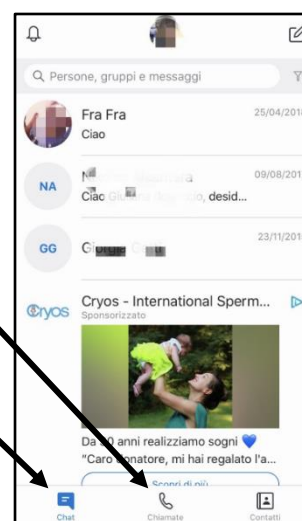
QUI PUOI TROVARE TUTTI I TUOI CONTATTI

 Fai un'audiochiamata, una videochiamata o manda un messaggio sulla piattaforma Skype.

LE CONVERSAZIONI PASSATE CON I TUOI CONTATTI APPARIRANNO NELLA HOMEPAGE: CONVERSAZIONI DI GRUPPO E INDIVIDUALI

CLICCA SUL BOTTONE "CHIAMATE" PER INIZIARE UNA CONVERSAZIONE AUDIO/VIDEO COI TUOI CONTATTI

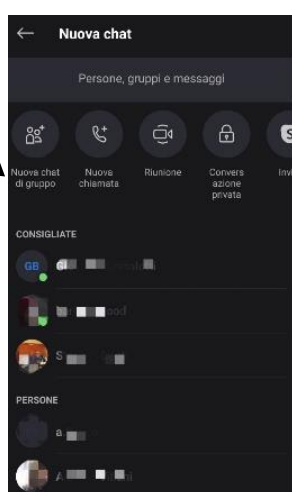
CLICCA SUL BOTTONE "CHAT" PER INIZIARE UNA CONVERSAZIONE VIA MESSAGGIO



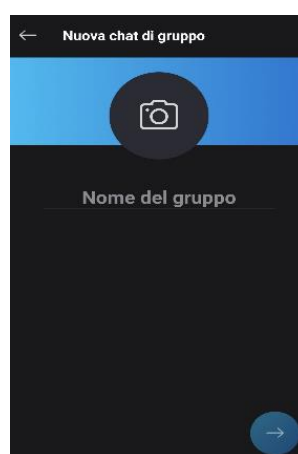
 Fai un'audio chiamata o una videochiamata di gruppo.



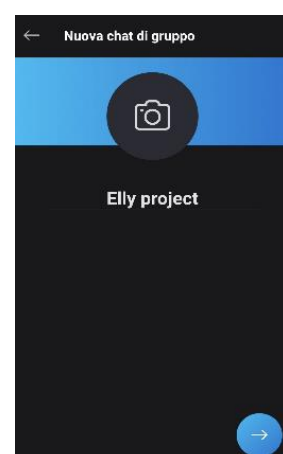
1. CLICCA SUL
BOTTONE BLU



2. CLICCA SUL
BOTTONE
"NUOVA CHAT DI
GRUPPO"



3. SCEGLI UN
NOME PER IL
GRUPPO



4. CLICCA SUL BOTTONE E
AGGIUNGI I CONTATTI NEL
GRUPPO. ORA PUOI INIZIARE A
CONVERSARE!

COSA FARE E COSA NON FARE

Di seguito troverai alcuni esempi delle cose che si possono fare e di quelle che non si dovrebbero fare su Skype:


COSA FARE	COSA NON FARE
Controllare se la connessione Internet è buona e attiva prima di iniziare una audiochiamata/videochiamata.	Usare l'opzione videochiamata se la connessione è troppo lenta.
Usare le cuffie con il microfono integrato per poter avere una qualità migliore della audiochiamata/videochiamata, per non disturbare le persone attorno a sé e preservare la propria privacy.	Parlare sopra/Interrompere altre persone mentre stanno parlando, in particolare se si sta facendo un'audioconferenza/videoconferenza di gruppo. Inoltre, è importante fare l'audiochiamata/videochiamata in un luogo appropriato.
Sentirsi meno soli e prevenire l'isolamento, rimanendo in contatto con amici e parenti, anche se si trovano lontano.	Esprimere la propria opinione in un modo violento e/o volgare, imprecando o offendendo altre persone. è fondamentale non perpetrare discorsi d'odio.
Aggiungere come "contatti" altri utenti che si conoscono anche nella vita reale.	Accettare le richieste di contatto di altri utenti se non si è sicuri di chi sia il proprietario dell'account.
Usare un'immagine reale di se stessi come immagine profilo, nonché il proprio nome. In questo modo sarà più facile essere trovati dalle persone che si conoscono.	Creare un account falso.

Messenger

Messenger è un'app di messaggistica mobile gratuita, separata dall'app di Facebook, che può essere utilizzata per comunicare con i tuoi amici di Facebook o i tuoi contatti telefonici.

Puoi usarla per inviare messaggi istantanei, condividere foto, video, file, registrazioni audio e per utilizzare chat di gruppo, effettuare chiamate e videochiamate, ecc.


Messenger è disponibile:

- Tramite app di Messenger 
- Tramite sito web di Facebook | www.facebook.com
- Tramite sito web di Messenger | www.messenger.com

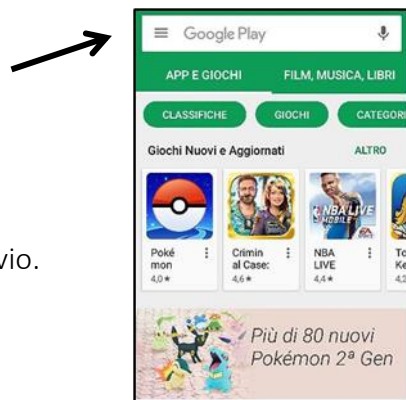
Se utilizzi un tablet o uno smartphone, l'opzione più semplice è quella di scaricare e installare l'applicazione (App) di Messenger sul dispositivo che vuoi utilizzare.

1° PASSO – CERCA E SCARICA L'APP DI MESSENGER

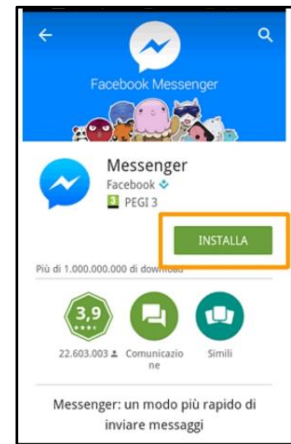
SISTEMA ANDROID

Cerca l'icona dello Store (negozio) di Google Play 
sul tuo tablet/smartphone e cliccaci sopra.

Nella barra di ricerca posta in alto scrivi "Messenger" e premi invio.




Quando compare l'app di Messenger, clicca su **“installa”** e attendi finché l'App non sarà installata sul tuo smartphone/tablet.




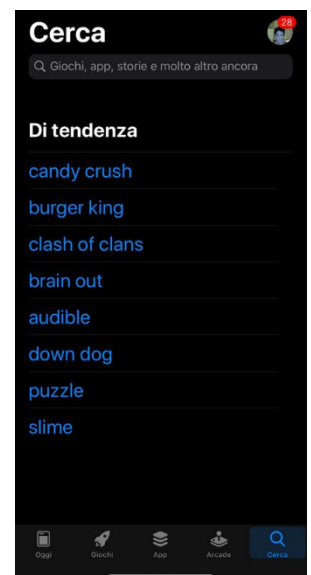
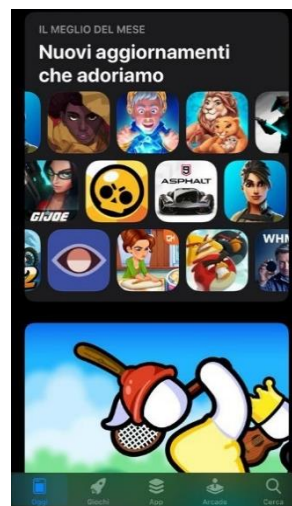
L'installazione sarà completata quando comparirà il pulsante **“Apri”** sulla stessa schermata. Clicca su **“Apri”** e inizia a creare il tuo account personale su Messenger.



SISTEMA IOS

Cerca l'icona del tuo App Store  sul tuo tablet/smartphone e cliccaci sopra.

Clicca sull'icona della lente d'ingrandimento  sul fondo della schermata, quando compare la barra di ricerca in alto, cliccaci e scrivi **“Messenger”**. Premi invio.

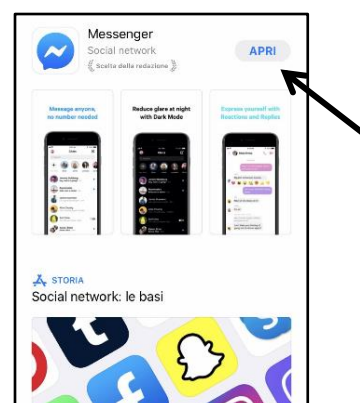




Quando l'app di Messenger compare, clicca su **"ottieni"** e attendi finché non verrò installata l'app sul tuo smartphone/iPad.



L'installazione sarà completata quando comparirà il pulsante **"Apri"** sulla stessa schermata. Clicca su **"Apri"** e inizia a creare il tuo account personale su Messenger.

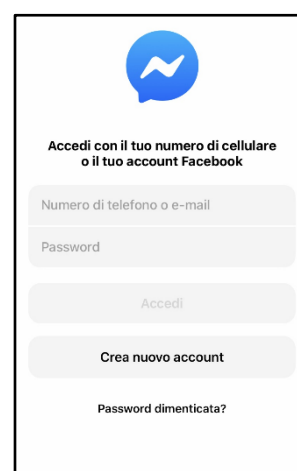


2° PASSO – CREA IL TUO ACCOUNT

Hai a disposizione due opzioni:

1. Registra il tuo account utilizzando il tuo indirizzo e-mail o numero di telefono e crea una password segreta (segui le istruzioni presenti sulla piattaforma)
2. Accedi a Messenger tramite il tuo account Facebook (segui le istruzioni presenti sulla piattaforma)


Quando il tuo account è pronto puoi iniziare a mandare messaggi, effettuare chiamate e video chiamate.



NOTA: Dopo la registrazione dell'account, non è necessario seguire nuovamente le istruzioni precedenti per accedere all'app Messenger, poiché l'app sarà già installata.



Vai alla *home page* del tuo tablet/smartphone e cerca l'icona di Messenger, fai clic su di essa e inizia a utilizzare l'app. Non dovrai inserire nuovamente le tue credenziali (nome utente e password).

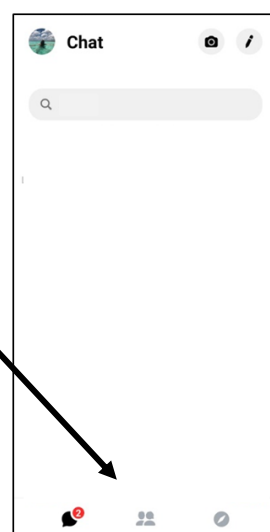
3° PASSO – FUNZIONI PRINCIPALI

 **Crea il tuo profilo Messenger** aggiungendo il tuo nome e la tua foto profilo (opzione 1) oppure **accedi tramite il tuo profilo Facebook** (opzione 2)

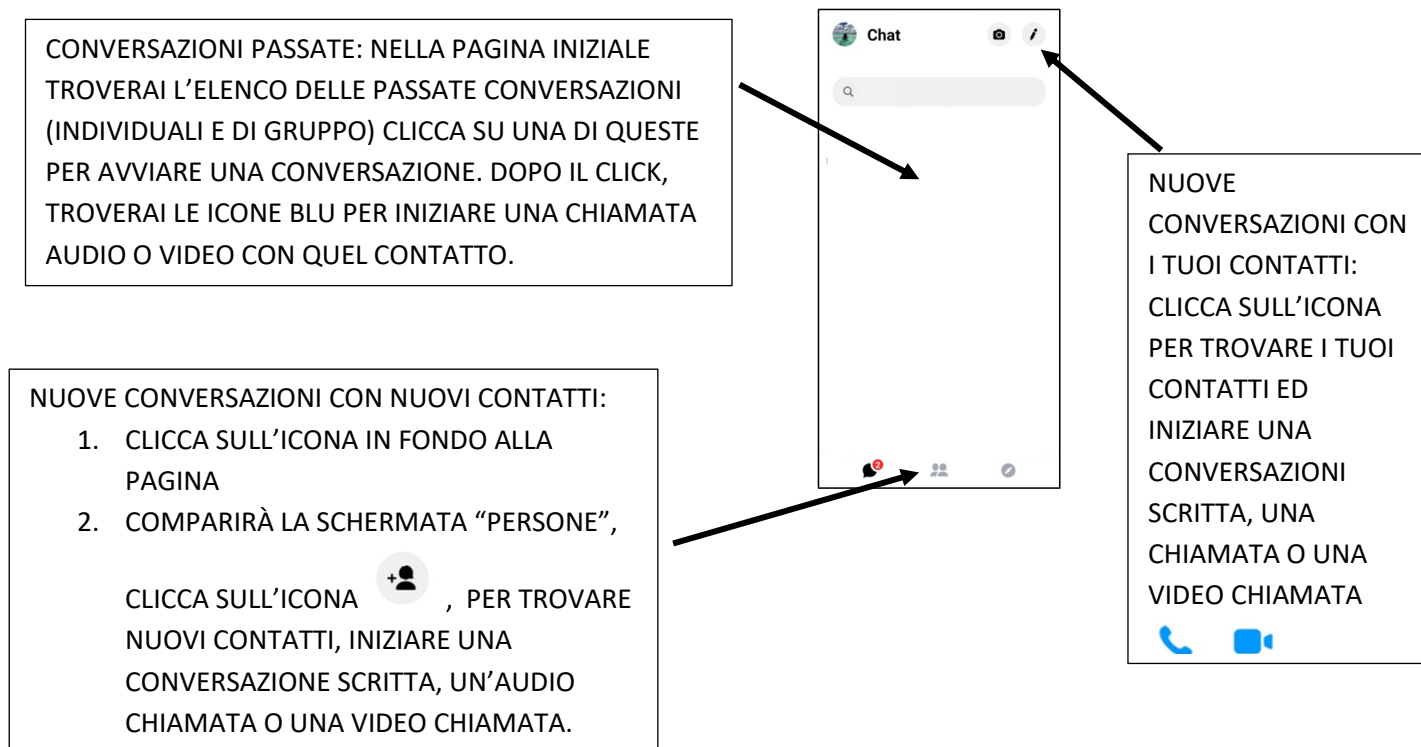
Quando il tuo profilo sarà pronto potrai:

1. Contattare i tuoi contatti che usano l'app Messenger
2. Contattare tramite messaggi privati o chat di gruppo i tuoi amici di Facebook


CLICCA SULL'ICONA IN BASSO NELLA SCHERMATA INIZIALE PER TROVARE O AGGIUNGERE I TUOI CONTATTI TELEFONICI O I TUOI AMICI DI FACEBOOK ED INIZIA UNA CHIAMATA AUDIO (ICONA TELEFONO)   O UNA VIDEO CHIAMATA (ICONA VIDEOCAMERA), O SCRIVI UN MESSAGGIO DI TESTO.



 Effettua una chiamata, una videochiamata o manda un messaggio tramite Messenger:

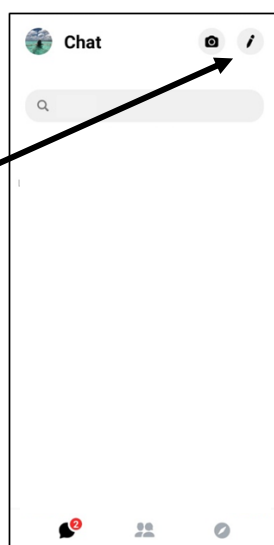


Ricorda che puoi inviare un messaggio di testo o anche un messaggio vocale tramite Messenger:

clicca sul contatto e trova l'icona del microfono in fondo alla pagina,  tienilo premuto per registrare il tuo messaggio vocale, quando hai finito di registrare il messaggio lascialo andare.

 **Crea un gruppo:** puoi mandare messaggi di testo o vocali, file, immagini, fotografie, ed effettuare audio o video chiamate di gruppo:


1. APRI LA
PAGINA
PRINCIPALE E
CLICCA
SULL'ICONA IN
ALTO



2A. SISTEMA IOS:

SELEZIONA IL CONTATTO CHE VUOI
AGGIUNGERE AL GRUPPO E CLICCA SU "OK"
NELLA PARTE ALTA DELLA SCHERMATA


2B. SISTEMA ANDROID:

SELEZIONA  "CREA UN NUOVO GRUPPO"
NELLA PARTE SUPERIORE DELLA SCHERMATA,
E QUANDO LA TUA LISTA CONTATTI APPARE,
SELEZIONA I CONTATTI CHE DESIDERI
AGGIUNGERE AL GRUPPO

WhatsApp

WhatsApp è una popolare piattaforma gratuita di messaggistica, video e voce che consente agli utenti di inviare messaggi di testo e vocali, effettuare chiamate audio e video, condividere immagini, file, posizioni degli utenti tramite GPS e altri media.

WhatsApp è disponibile:

- o per smartphone o tablet con SIM, attraverso l'app di WhatsApp 
- o per computer or tablet senza SIM, attraverso il sito web di WhatsApp

www.web.whatsapp.com

In ogni caso, se vuoi usare WhatsApp devi scaricare l'app WhatsApp sul tuo smartphone o tablet (con scheda SIM). Segui le istruzioni seguenti per farlo.

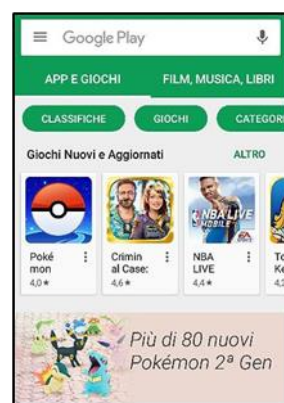
1° PASSO – CERCA E INSTALLA L'APP DI WHATSAPP

SISTEMA ANDROID

Cerca l'icona dello Store (negozio) di Google Play sul tuo tablet/smartphone e cliccaci sopra.



Nella barra di ricerca posta in alto scrivi "WhatsApp" e premi invio.




Quando compare l'app di WhatsApp, clicca su **"installa"** e attendi finché l'App non sarà installata sul tuo smartphone/tablet.




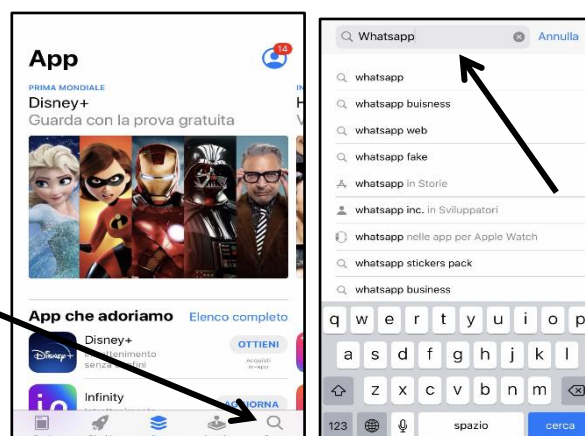
L'installazione sarà completata quando comparirà il pulsante **"Apri"** sulla stessa schermata. Clicca su **"Apri"** e inizia a creare il tuo account personale su WhatsApp.



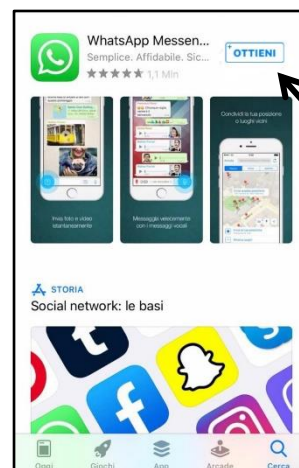
SISTEMA IOS

Cerca l'icona del tuo App Store  sul tuo tablet/smartphone e cliccaci sopra.

Clicca sull'icona della lente d'ingrandimento  sul fondo della schermata, quando compare la barra di ricerca in alto, cliccaci e scrivi "WhatsApp". Premi invio.



Quando l'app di WhatsApp compare, clicca su **"ottieni"** e attendi finché non verrà installata l'app sul tuo smartphone/iPad.

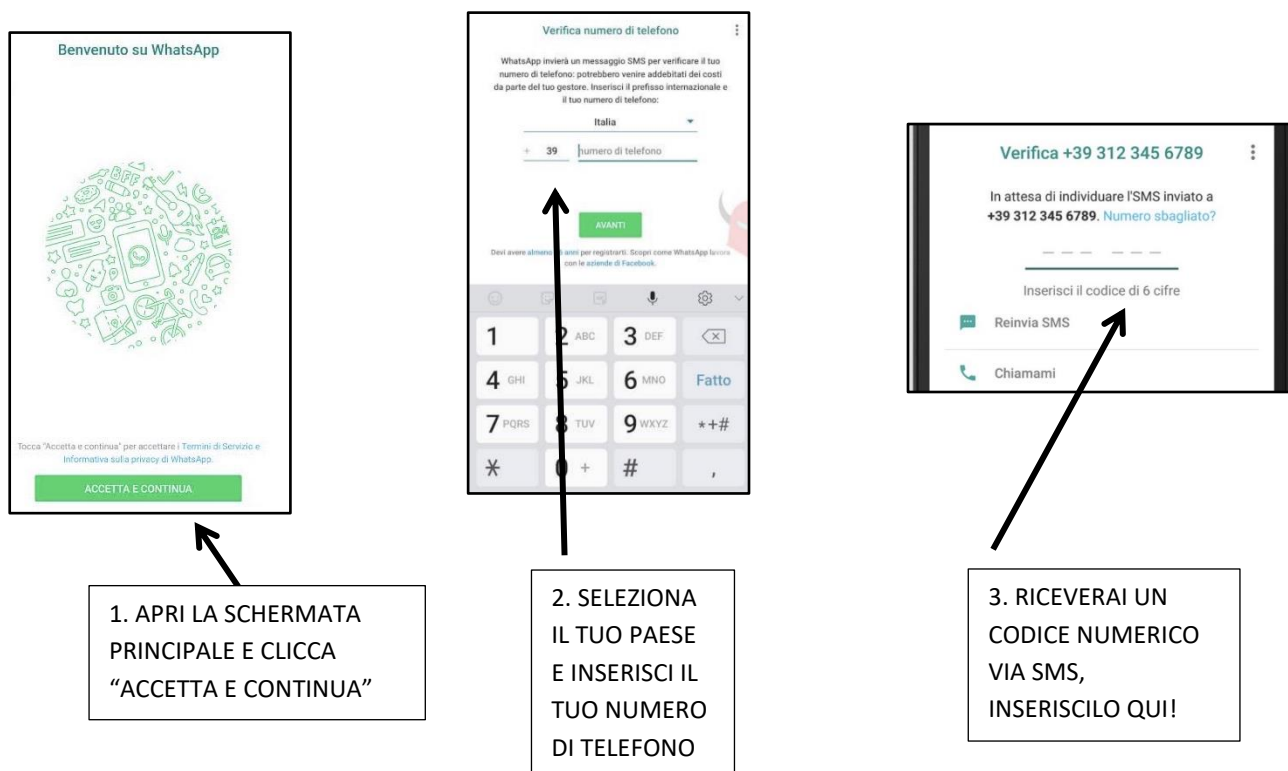


L'installazione sarà completata quando comparirà il pulsante **"Apri"** sulla stessa schermata. Clicca su **"Apri"** e inizia a creare il tuo account personale su WhatsApp.



2° PASSO – CREA IL TUO ACCOUNT

Apri l'app WhatsApp sul tuo smartphone/tablet e inizia a creare il tuo account, seguendo le istruzioni fornite dall'app WhatsApp. Per registrare il tuo account, dovrai utilizzare il tuo numero di telefono. Quando il tuo account è pronto, puoi aggiungere contatti telefonici che utilizzano WhatsApp, puoi effettuare chiamate e videochiamate, inviare messaggi istantanei e condividere file, ecc.



The image shows three sequential screenshots of the WhatsApp registration process, each with a numbered instruction box and an arrow pointing to a specific element on the screen.


- 1. APRI LA SCHERMATA PRINCIPALE E CLICCA "ACCETTA E CONTINUA"**
The first screenshot shows the 'Benvenuto su WhatsApp' (Welcome to WhatsApp) screen. It features a circular collage of green icons representing various communication features. At the bottom, there is a green button labeled 'ACCETTA E CONTINUA' (Accept and Continue).
- 2. SELEZIONA IL TUO PAESE E INSERISCI IL TUO NUMERO DI TELEFONO**
The second screenshot shows the 'Verifica numero di telefono' (Verify phone number) screen. It prompts the user to enter their country (currently 'Italia') and their phone number. A green 'AVANTI' (Next) button is visible. Below the input fields is a numeric keypad.
- 3. RICEVERAI UN CODICE NUMERICO VIA SMS, INSERISCILO QUI!**
The third screenshot shows the screen where the user is prompted to enter a 6-digit verification code received via SMS. The screen displays 'Verifica +39 312 345 6789' and 'In attesa di individuare l'SMS inviato a +39 312 345 6789. Numero sbagliato?' (Waiting to find the SMS sent to +39 312 345 6789. Wrong number?). There is a field for the code and buttons for 'Reinvia SMS' (Resend SMS) and 'Chiamami' (Call me).

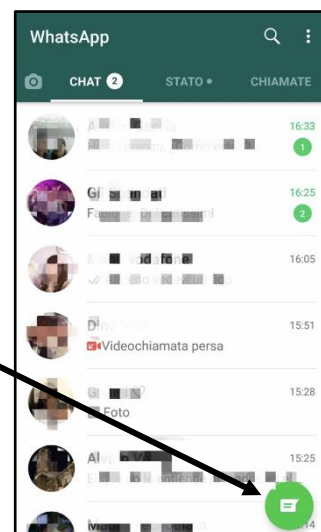
NOTA: Dopo la registrazione dell'account, non è necessario seguire nuovamente le istruzioni precedenti per accedere all'app WhatsApp, poiché l'app sarà già installata.

Vai alla *home page* del tuo tablet/smartphone e cerca l'icona di WhatsApp, fai clic su di essa e inizia a utilizzare l'app. Non dovrai inserire nuovamente le tue credenziali (nome utente e password).


3° PASSO – FUNZIONI PRINCIPALI

- ✚ **Crea il tuo profilo WhatsApp** aggiungendo il tuo nome e una tua foto profilo. Quando il tuo profilo sarà pronto, potrai connettere la tua lista contatti del telefono con i contatti che usano WhatsApp.

CLICCA SULL'ICONA POSTA IN BASSO ALLA
SCHERMATA PER VISUALIZZARE CHI TRA I TUOI
CONTATTI UTILIZZA WHATSAPP ED AVVIARE UNA
CONVERSAZIONE SCRITTA, UNA CHIAMATA O UNA
VIDEO CHIAMATA 



 Effettua una chiamata, una videochiamata o manda un messaggio tramite WhatsApp:

CONVERSAZIONI PASSATE:
NELLA PAGINA INIZIALE
TROVERAI L'ELENCO DELLE
PASSATE CONVERSAZIONI
(INDIVIDUALI E DI GRUPPO)
CLICCA SU UNA DI QUESTE
PER AVVIARE UNA
CONVERSAZIONE. UNA VOLTA
CLICCATO, TROVERAI LE
ICONE  PER
INIZIARE UNA CHIAMATA
AUDIO O VIDEO CON QUEL
CONTATTO.



NUOVE CONVERSAZIONI CON
I TUOI CONTATTI: **SISTEMA
ANDROID**

- 1- CLICCA SULL'ICONA
PER TROVARE I TUOI
CONTATTI
- 2- SELEZIONA IL
CONTATTO
- 3- INIZIA UNA
CONVERSAZIONE
SCRITTA (CHAT), UNA
CHIAMATA O UNA
VIDEO CHIAMATA






NUOVE CONVERSAZIONI CON I TUOI CONTATTI: **SISTEMA IOS**

1. SCRIVI IL NOME DEL CONTATTO A CUI DESIDERI SCRIVERE NELLA BARRA DI RICERCA NELLA PARTE ALTA DELLA SCHERMATA
2. SELEZIONA IL CONTATTO
3. SCRIVI UN MESSAGGIO O CLICCA SULLE ICONE CORRISPONDENTI PER AVVIARE UNA

CONVERSAZIONE AUDIO O VIDEO

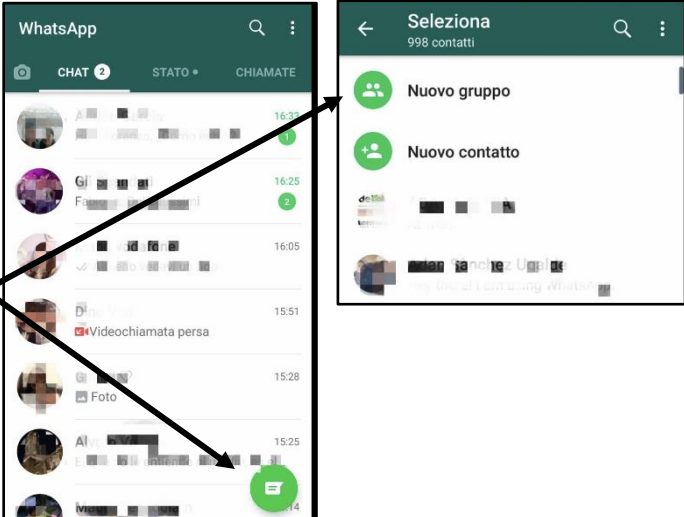


Ricorda che puoi inviare un messaggio di testo o vocale tramite WhatsApp: clicca sul contatto e successivamente clicca sull'icona del microfono  (sistema Android)  (sistema iOS) nella parte bassa della pagina, tienilo premuto e registra il tuo messaggio, quando hai terminato, rilascia il pulsante per inviare il tuo messaggio audio.

 **Crea un gruppo:** puoi inviare messaggi di testo e messaggi vocali, immagini, file e effettuare chiamate audio/video di gruppo.

SISTEMA ANDROID:

1. APRI WHATSAPP E CLICCA SULL'ICONA IN BASSO ALLA SCHERMATA
2. SELEZIONA "NUOVO GRUPPO" E QUANDO APPARE LA LISTA DEI CONTATTI SELEZIONA QUELLI CHE DESIDERI AGGIUNGERE ALLA TUA CHAT DI




SISTEMA IOS:

1. APRI WHATSAPP E CLICCA SU "NUOVO GRUPPO" NELLA PARTE ALTA DELLA SCHERMATA
2. SELEZIONA I CONTATTI CHE DESIDERI AGGIUNGERE AL GRUPPO E CLICCA SU "OK" NELLA PARTE ALTA DELLA SCHERMATA

Viber

Viber è una popolare piattaforma gratuita di messaggistica, video e voce che consente agli utenti di inviare messaggi di testo e vocali, effettuare chiamate audio e video, condividere immagini, file, posizioni degli utenti tramite GPS e altri media.

Viber è disponibile:

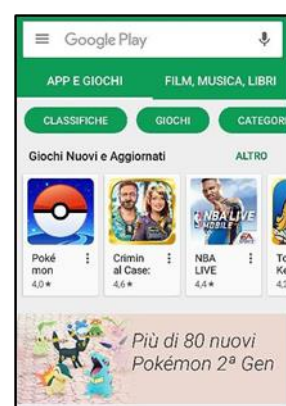
o Tramite la app di Viber  sul tuo smartphone, tablet o computer.

Segui le istruzioni riportate di seguito per iniziare ad utilizzare la app Viber.

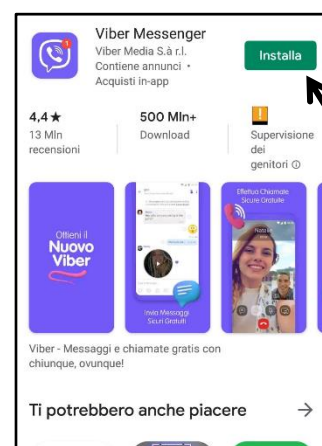
1° PASSO – CERCA E SCARICA L'APP DI VIBER

SISTEMA ANDROID

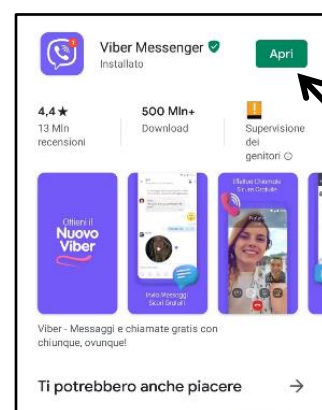
Cerca l'icona dello Store (negozio) di Google Play
sul tuo tablet/smartphone e cliccaci sopra.
Nella barra di ricerca posta in alto scrivi "Viber" e premi invio.




Quando compare l'app di Viber, clicca su **"installa"** e attendi finché
l'App non sarà installata sul tuo smartphone/tablet.




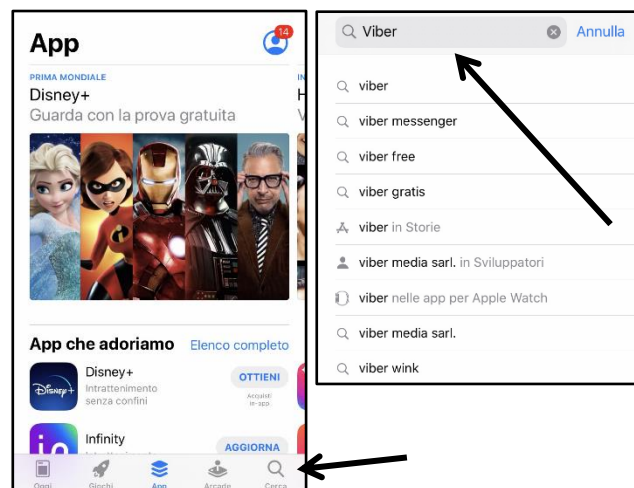
L'installazione sarà completata quando comparirà il pulsante **"Apri"**
sulla stessa schermata. Clicca su **"Apri"** e inizia a creare il tuo account
personale su Viber.



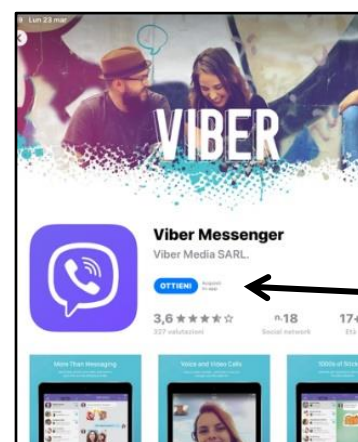
SISTEMA IOS

Cerca l'icona del tuo App Store  sul tuo tablet/smartphone e cliccaci sopra.

Clicca sull'icona della lente d'ingrandimento  sul fondo della schermata, quando compare la barra di ricerca in alto, cliccaci e scrivi "Viber". Premi invio.



Quando l'app di Viber compare, clicca su "ottieni" e attendi finché non verrà installata l'app sul tuo smartphone/iPad.



L'installazione sarà completata quando comparirà il pulsante "Apri" sulla stessa schermata. Clicca su "Apri" e inizia a creare il tuo account personale su Viber.



2° PASSO – CREA IL TUO ACCOUNT


Apri l'app Viber sul tuo smartphone/tablet e inizia a creare il tuo account, seguendo le istruzioni fornite dall'app Viber. Per registrare il tuo account, dovrai utilizzare il tuo numero di telefono. Quando il tuo account è pronto, puoi aggiungere contatti telefonici che utilizzano Viber, puoi effettuare chiamate e videochiamate, inviare messaggi istantanei e condividere file, ecc.

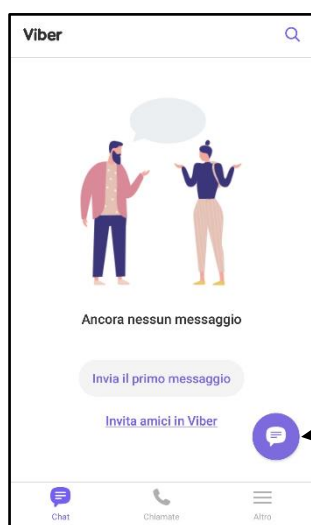


NOTA: Dopo la registrazione dell'account, non è necessario seguire nuovamente le istruzioni precedenti per accedere all'app Viber, poiché l'app sarà già installata.


Vai alla *home page* del tuo tablet/smartphone e cerca l'icona di Viber, fai clic su di essa e inizia a utilizzare l'app. Non dovrai inserire nuovamente le tue credenziali (nome utente e password).

3° PASSO – PRINCIPALI FUNZIONI



 **Crea il tuo profilo Viber** aggiungendo il tuo nome e una tua foto profilo. Quando il tuo profilo sarà pronto, potrai connettere la tua lista contatti del telefono con i contatti che usano Viber.



SISTEMA IOS:

CLICCA SULL'ICONA NELLA PARTE ALTA DELLA SCHERMATA PER TROVARE LA LISTA DEI TUOI CONTATTI CHE USANO VIBER E INIZIA UNA CHIAMATA AUDIO O VIDEO  O MANDA UN MESSAGGIO.

SISTEMA ANDROID:

CLICCA SULL'ICONA  NELLA PARTE BASSA DELLA SCHERMATA PER TROVARE LA LISTA DEI TUOI CONTATTI CHE USANO VIBER E INIZIA UNA CHIAMATA AUDIO O VIDEO  O MANDA UN MESSAGGIO.




eLILY

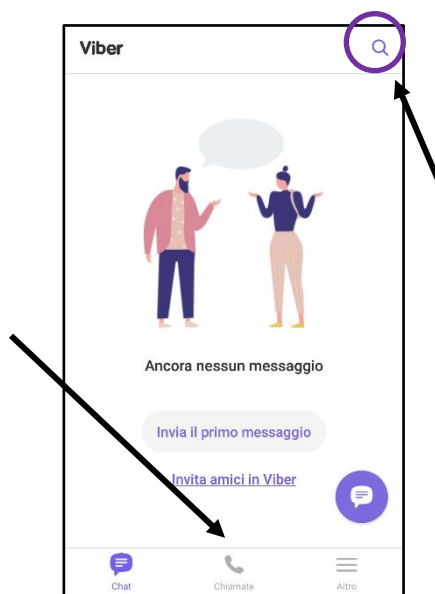
ehealth Literacy Learning skills among carers of older people
and people with Dementia




Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



 Fai una chiamata, video chiamata o manda un messaggio sulla piattaforma Viber.


CONVERSAZIONI PASSATE:
LE CONVERSAZIONI PASSATE
CON I TUOI CONTATTI
COMPARIRANNO NELLA HOME
PAGE (SIA CHAT DI GRUPPO
CHE INDIVIDUALI).
CLICCA SU UNA DI LORO E
SCRIVI UN MESSAGGIO O
CERCA LE ICONE  PER
AVVIARE UNA CHIAMATA
AUDIO O VIDEO.




NUOVE CONVERSAZIONI CON I
TUOI CONTATTI: **SISTEMA IOS**
1. SCRIVI IL NOME DEL
CONTATTO NELLA BARRA
DI RICERCA NELLA PARTE
ALTA DELLA SCHERMATA
2. SELEZIONA IL CONTATTO
3. SCRIVI UN MESSAGGIO O
CERCA LE ICONE PER
AVVIARE UNA
CONVERSAZIONE AUDIO O
VIDEO  NELLA PARTE
ALTA DELLA SCHERMATA.


CONVERSAZIONI CON I TUOI CONTATTI CON IL **SISTEMA ANDROID**:

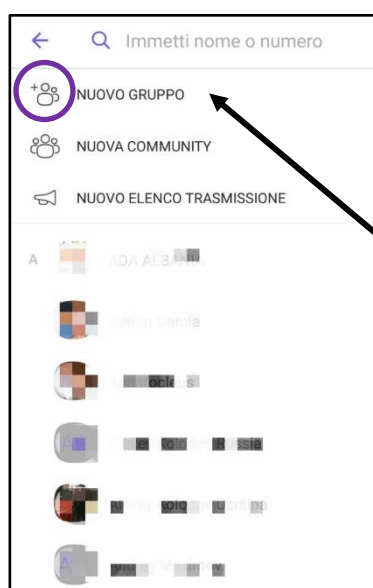
1. CLICCA SULL'ICONA  NELLA PARTE BASSA DELLA SCHERMATA PER TROVARE I TUOI CONTATTI
CHE USANO VIBER.
2. SELEZIONA IL CONTATTO
3. SCRIVI UN MESSAGGIO O CERCA LE ICONE PER AVVIARE UNA CONVERSAZIONE AUDIO O VIDEO
 NELLA PARTE ALTA DELLA SCHERMATA

Ricorda che puoi inviare un messaggio di testo o vocale tramite Viber: clicca sul contatto e
successivamente clicca sull'icona del microfono  nella parte bassa della pagina, tienilo premuto
e registra il tuo messaggio, quando hai terminato, rilascia il pulsante per inviare il tuo messaggio
audio.

 **Crea un gruppo:** puoi inviare messaggi di testo e messaggi vocali, immagini, file e effettuare chiamate audio/video di gruppo.

SISTEMA ANDROID:

1. APRI VIBER E CLICCA SULL'ICONA  SUL FONDO DELLA SCHERMATA
2. SELEZIONA "NUOVO GRUPPO" SUL FONDO DELLA SCHERMATA E QUANDO LA TUA LISTA CONTATTI APPARE, SELEZIONA QUELLI CHE DESIDERI AGGIUNGERE AL GRUPPO.



SISTEMA IOS:

1. APRI VIBER E CLICCA SULL'ICONA NELLA PARTE ALTA DELLA SCHERMATA
2. CLICCA SU "NUOVO GRUPPO" NELLA PARTE ALTA DELLA SCHERMATA CHE APPARIRÀ SUCCESSIVAMENTE
2. SELEZIONA IL CONTATTO CHE VUOI AGGIUNGERE AL GRUPPO.

SUGGERIMENTI SU COSA FARE E COSA NON FARE

Questi sono alcuni suggerimenti su cosa fare e non fare quando si utilizza Messenger, WhatsApp o Viber:

FARE	NON FARE
Rimanere in contatto con i tuoi amici condividendo fotografie e immagini con loro.	Condividere fotografie di bambini e minorenni (ad es. i propri nipoti) senza il consenso dei loro genitori.

<p>Condividere articoli, video, immagini che trovi interessanti se la fonte è sicura, ricorda di controllare la fonte prima di condividere un contenuto.</p>	<p>Condividere contenuti senza verificarne la fonte, o condividere “fake news” (notizie false).</p> <p>Ricorda anche che condividere “catene di sant’Antonio” potrebbe infastidire i tuoi contatti.</p>
<p>Usare le emoticons (faccine). Possono essere utili per specificare il tono di un messaggio o per personalizzare la conversazione.</p>	<p>Esprimere la propria opinione in maniera violenta, volgare, imprecando o offendendo le altre persone. Non perpetrare discorsi d’odio!</p> <p>Inoltre, ricorda di non utilizzare il BLOCCO MAIUSCOLE, risulta maleducato (equivale ad un discorso “urlato” a voce).</p>
<p>Scrivere un messaggio più lungo anziché spezzare il discorso in tanti messaggi più brevi in modo da non disturbare il destinatario con continue notifiche.</p>	<p>Nonostante si tratti di app di messaggistica istantanea, ricorda che non è ragionevole aspettarsi una risposta immediata dai tuoi contatti.</p>
<p>Utilizzare i messaggi in forma scritta anziché i messaggi vocali. In alcuni casi, il messaggio scritto è l’opzione migliore: ricorda che il destinatario potrebbe non avere la possibilità di ascoltare i messaggi vocali.</p>	<p>Inviare messaggi audio eccessivamente lunghi.</p>

Questo materiale relativo al progetto Elily, realizzato dai beneficiari congiuntamente o individualmente in qualsiasi forma e utilizzando qualsiasi mezzo, riflette solo il punto di vista dell'autore e l'Agenzia nazionale e la Commissione Europea non sono responsabili per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni che esso contiene.