



# eLILY

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



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

## ESERCITAZIONE PRATICA

### Modulo 2 – ALFABETIZZAZIONE DIGITALE: Tablets/smartphones e apps (applicazioni)

Al fine di migliorare la tua comprensione di come funzionano le applicazioni sui dispositivi mobile, ti chiediamo di immaginare una situazione in cui hai necessità di pianificare una dieta salutare per una persona di cui ti prendi cura.

Le restrizioni della dieta sono le seguenti:

- no pane bianco
- no alimenti fritti
- no zuccheri

Hai quindi bisogno di **trovare una app** per calcolare l'ammontare di carboidrati, proteine, grassi, minerali e vitamine che la persona può assumere giornalmente e capire quali cibi possono realmente contribuire a questo regime dietetico.

Puoi usare più di una app per svolgere l'esercitazione.

Obiettivo dell'esercitazione è che ogni partecipante installi una serie di app scelte in autonomia utili nella pianificazione della dieta.



# eLILY

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



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

## Esercizio aggiuntivo:

Se hai terminato il tuo esercizio pratico e vorresti rendere più semplice la tua tastiera puoi installare l'applicazione **Gboard – the Google Keyboard** e impostarla come tua tastiera predefinita.

Cerca le istruzioni per installare le app sulla pagina delle applicazioni Google Play o su Internet, senza chiedere aiuto al docente.

This material related to the Elily project, made by the beneficiaries jointly or individually in any form and using any means, reflects only the author's view, and the National Agency and the European Commission are not responsible for any use that may be made of the information it contains