

apps4carers

SUPPORT SERVICES BASED ON INFORMATION AND COMMUNICATION TECHNOLOGIES CAN DO A LOT TO SUPPORT INFORMAL CARERS IN PERFORMING THEIR CARING ROLE

apps4carers partnership newsletter
www.appsforcarers.eu | #apps4carers

Issue 1 | 23.1.2017



apps4carers

support informal carers with mobile devices

Caring for a loved person can be very demanding and cause physical and psychological exhaustion, social isolation, difficulties in reconciliation of work and care responsibilities and other issues. Support services based on information and communication technologies (ICTs), can do a lot to support these informal carers, that across the European Union currently provide around 80% of the care to family members, friends or neighbours in need. Mobile devices, in particular, are highly widespread and easy to use, allow the access to a wide range of internet-based mobile applications (apps) and websites already available on the market. These solutions are extremely useful to address some of main carers' needs (i.e. care scheduling and task sharing; health information and training; reminders; remote communication with other family members and care professionals), but in most cases carers are not aware of these solutions, how to install and use them, or the potential benefits they could get.

The Apps for Carers (A4C) project intends to contribute to the wellbeing of informal carers by overcoming barriers which limit them from benefiting fully by learning, information and social participation opportunities offered by mobile solutions (apps and websites).

The outputs foreseen include:

- a selection of mobile apps and websites currently available and useful to support informal carers main needs;
- a set of training methodologies and tools for improving digital skills and use of mobile solutions for carers;
- a trainers' manual for social workers and ICT trainers;
- a new mobile app which will include a repository of the selected apps and websites in each partner countries, information and tutorials on their use.

A training methodology and programme will also be developed, including for instance: characteristics of target group (e.g., level of digital literacy, care role and burden, availability of proper devices), training objectives, expected learning output.

output 1

From January 2017 the partnership has started working on the first intellectual output, led by INRCA: the selection of mobile apps and websites to support informal carers. Criteria and strategies for searching, evaluating, classifying and selecting mobile apps and websites have been discussed and agreed during the kick off meeting, hosted by the Cyprus University of Technology in Limassol on 29-30th November 2016.

APPAR FÖR ANHÖRIGA: STÖD FÖR INFORMELLA OMSORGSGIVARE MED HJÄLP AV MOBILA ENHETER ETT PROJEKT INOM EU ERASMUS+

I Europa står informella omsorgsgivare för 80 procent av vården till familjemedlemmar, vänner eller grannar med behov. Att ta hand om en närstående kan vara krävande och få negativa konsekvenser som till exempel fysisk och psykisk utmattning, social isolering och svårigheter i att förena arbete.

Stöd baserat på information- och kommunikationsteknik (IKT), kan underlätta vardagen och situationen för de informella omsorgsgivarna. Mobila enheter, i synnerhet, är allmänt spridda och lätta att använda. De mobila enheterna ger också tillgång till ett brett utbud av internetbaserade mobila applikationer (appar) och webbplatser som redan finns på marknaden. Dessa lösningar är användbara för att ta itu med några av behoven bland informella omsorgsgivare (schemaläggning av vården, fördelning av arbetsuppgifter, hälsoinformation och utbildning, påminnelser, fjärrkommunikation med andra familjemedlemmar och sjukvårdspersonal m.m.). I de flesta fall är de informella omsorgsgivarna inte medvetna om dessa lösningar. Inte heller hur man installerar och använder dem. Det kan också saknas en medvetenhet om de potentiella fördelar som lösningarna medför.

Apps for Carers (A4C) är ett projekt som avser att bidra till ett ökat välbefinnande bland informella omsorgsgivare genom att övervinna de hinder som begränsar dem från att dra nytta av lärande, information och möjligheter till social delaktighet som mobila lösningar (appar och webbplatser) erbjuder. De förväntade åtgärderna innefattar:

The outputs foreseen include:

- ett urval av tillgängliga mobila appar och webbplatser som fungerar som ett grundläggande stöd för informella omsorgsgivare;
- en uppsättning av utbildningsmetoder och verktyg för att förbättra digitala kompetensen och användningen av mobila lösningar för informella omsorgsgivare;
- en handbok för praktiker inom vård och omsorg och information och kommunikationstekniksamordnare/utbildare;
- en ny mobil app som kommer innehålla en samling av utvalda appar och webbplatser i varje deltagande land samt information och handledning om deras användning.

Det kommer också att utformas metoder och program för träning som utvecklas i enlighet med målgruppens egenskaper (till exempel nivå av digital kompetens, vårdgivarroll och belastning, tillgänglighet till rätt enheter), utbildningsmål och förväntad output av lärande.

Det tvååriga A4C-projektet samfinansieras av Europeiska kommissionen inom ramen för Erasmus + -programmet. För närvarande sker projektet i Sverige, Italien, Grekland, Portugal och Cypern, från sex partnerorganisationer under samordning av Linnéuniversitetet (Sverige).



Linnæus University

På www.appsforcarers.eu kan ni läsa mer om Apps for Carers och följa projektets aktiviteter. För mer information kontakta, Francesco Barbabello, postdoc, Linnéuniversitetet: +46 730728372.

output 1

Från och med januari 2017 har konsortiet påbörjat ett urval av potentiella relevanta appar. Arbetet handlar om att välja ut mobila applikationer och webbplatser som ska kunna användas för att stödja informella omsorgsgivare. Kriterier och strategier för att söka, utvärdera, klassificera och välja ut mobilappar och webbplatser har diskuterats och slagits fast under ett inledande möte som arrangerades av Cyprus University of Technology i Limassol den 29-30 november 2016.



APPS FOR CARERS: APOIO A CUIDADORES INFORMAIS ATRAVÉS DE DISPOSITIVOS MÓVEIS

Cerca de 80% dos cuidados prestados na União Europeia são realizados por cuidadores informais – familiares, amigos e vizinhos. Cuidar de entes queridos pode revelar-se exigente e causar desgaste físico e psicológico, isolamento social e dificuldades de conciliação do trabalho com as responsabilidades de cuidador, entre outros. Serviços de apoio que tenham por base tecnologias de informação e comunicação (TIC) podem ser ferramentas importantes de apoio ao cuidador informal. Dispositivos móveis, cada vez mais comuns e de fácil uso, permitem o acesso a um grande portfólio de apps e websites disponíveis no mercado.

Estas soluções são extremamente úteis para abordar temas do dia-a-dia dos cuidadores, como por exemplo: planeamento de tarefas, informação e formação sobre questões de saúde, lembretes, comunicação à distância com profissionais de saúde e familiares do doente. No entanto, na maioria das vezes, os cuidadores desconhecem este tipo de ferramentas, não sabem como utilizá-las nem conhecem os potenciais benefícios que resultam da sua utilização.

O projeto Apps for Carers (A4C) procura contribuir para o bem-estar dos cuidadores informais, superando as barreiras que os impedem de beneficiar plenamente das oportunidades de aprendizagem, informação e participação social que soluções móveis (apps e websites) oferecem. Os outputs previstos incluem:

- uma seleção de apps e websites para cuidadores informais;
- um conjunto de metodologias e ferramentas de formação para melhorar a utilização das soluções móveis e as capacidades digitais dos cuidadores;
- um manual direcionado para assistentes sociais e formadores TIC;
- uma nova aplicação que contenha um repositório de apps e websites selecionados em cada país parceiro, com informação e tutoriais relativos à sua utilização.

Serão também desenvolvidos um programa e uma metodologia de formação que visam incluir: características do grupo alvo (nível de literacia, papel e responsabilidades do cuidador...), objetivos da formação, o resultado esperado da aprendizagem.

Cofinanciado pela Comissão Europeia no âmbito do Programa Erasmus +, o A4C é levado a cabo na Suécia, Itália, Grécia, Portugal e Chipre e conta com a participação de 6 organizações parceiras, sob a coordenação da Universidade de Linnaeus (Suécia).



Para mais informações, visite <http://www.appsforcarers.eu>. Em Portugal, contacte carlos_carvalho@virtual-campus.eu

output 1

Desde de Janeiro de 2017 está a ser desenvolvido, sob coordenação do INRCA, o primeiro output do A4C: seleção de apps e websites para os cuidadores informais. Os critérios e estratégias para a pesquisa, avaliação, classificação e seleção das apps e websites foram discutidos na primeira reunião transnacional organizada pela Universidade de Tecnologia do Chipre, em Limassol, nos dias 29 e 30 de Novembro de 2016.



ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΓΙΑ ΦΡΟΝΤΙΣΤΕΣ:

ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΩΝ ΦΡΟΝΤΙΣΤΩΝ ΜΕΣΩ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΓΙΑ ΚΙΝΗΤΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ.

Η φροντίδα ενός αγαπημένου προσώπου μπορεί να είναι πολύ απαιτητική και να προκαλεί σωματική και ψυχολογική εξάντληση, κοινωνική απομόνωση, δυσκολίες στην εναρμόνιση δουλειάς και φροντίδας και άλλα ζητήματα. Οι υπηρεσίες υποστήριξης, μέσω εφαρμογών νέας τεχνολογίας μπορούν να προσφέρουν πολλά για να βοηθήσουν τους φροντιστές, οι οποίοι επί του παρόντος παρέχουν πάνω από το 80% της άτυπης φροντίδας σε μέλη της οικογένειας, φίλους ή γείτονες που χρειάζονται βοήθεια. Ειδικότερα, οι φορητές συσκευές, όπως τα κινητά τηλέφωνα και τα tablets, είναι ευρέως διαδεδομένες και εύκολες στην χρήση, ενώ επιτρέπουν την πρόσβαση σε ένα ευρύ φάσμα διαθέσιμων εφαρμογών και ιστοσελίδων μέσω διαδικτύου. Αυτές οι λύσεις είναι εξαιρετικά χρήσιμες για να καλύψουν κάποιες από τις κύριες ανάγκες των φροντιστών (λ.χ. προγραμματισμός φροντίδας και κατανομή των καθηκόντων, πληροφορίες υγείας και εκπαίδευση, υπενθυμίσεις, εξ' αποστάσεως επικοινωνία με άλλα μέλη της οικογένειας και επαγγελματίες υγείας), αλλά στις περισσότερες περιπτώσεις οι φροντιστές δεν γνωρίζουν αυτές τις λύσεις, πώς να τις εγκαταστήσουν και να τις χρησιμοποιήσουν, ή τα πιθανά οφέλη τους.

Το πρόγραμμα «Εφαρμογές για Φροντιστές» (A4C) στοχεύει στην διευκόλυνση των οικογενειακών φροντιστών καθώς προσφέρει υποστήριξη για να ξεπεραστούν εμπόδια που τους περιορίζουν, ώστε να κάνουν χρήση ευκαιριών μάθησης, ενημέρωσης και κοινωνικής συμμετοχής μέσω των εφαρμογών και των ιστοσελίδων.

Τα περιεχόμενα αυτού του προγράμματος περιλαμβάνουν:

- επιλογή εφαρμογών και ιστοσελίδων για κινητά τηλέφωνα οι οποίες είναι διαθέσιμες και χρήσιμες για να στηρίξουν τις ανάγκες των φροντιστών
- ένα σύνολο μεθοδολογιών και εργαλείων εκπαίδευσης για την βελτίωση των ψηφιακών δεξιοτήτων και χρήσης των κινητών λύσεων για τους φροντιστές
- έναν οδηγό εκπαίδευσης που θα αποστέίνεται σε επαγγελματίες υγείας και εκπαιδευτές νέων τεχνολογιών
- μια νέα εφαρμογή για κινητά η οποία θα περιλαμβάνει μια συλλογή από τις επιλεγμένες εφαρμογές και ιστοσελίδες στην χώρα κάθε χρήστη, πληροφορίες και εκπαιδευτικό υλικό για την χρήση τους

Θα αναπτυχθεί επίσης μεθοδολογία και πρόγραμμα εκπαίδευσης που θα περιλαμβάνουν για παράδειγμα: χαρακτηριστικά της ομάδας στόχου (π.χ. επίπεδο ψηφιακής εγγραμματοσύνης, ρόλος και καθήκοντα φροντιστή, διαθεσιμότητα κατάλληλων συσκευών), στόχους εκπαίδευσης, αναμενόμενο αποτέλεσμα εκμάθησης.

Συγχρηματοδοτούμενο από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή υπό το πρόγραμμα Erasmus+, το διετές πρόγραμμα A4C υλοποιείται αυτή τη στιγμή σε Σουηδία, Ιταλία, Ελλάδα, Πορτογαλία και Κύπρο, από έξι οργανισμούς υπό τον συντονισμό του Πανεπιστημίου Linnaeus στην Σουηδία.

Για περισσότερες πληροφορίες και για να ακολουθήσετε τις δραστηριότητες του προγράμματος, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα www.appsforcarers.eu ή επικοινωνήστε με την ομάδα του προγράμματος!

Πρώτα Αποτελέσματα

Από τον Ιανουάριο του 2017, η ομάδα του προγράμματος έχει αρχίσει να δουλεύει στο πρώτο πακέτο εργασίας, καθοδηγούμενη από το Ιταλικό Ινστιτούτο Έρευνας σε θέματα υγείας Ηλικιωμένων (INRCA): στην επιλογή εφαρμογών και ιστοσελίδων για κινητά τηλέφωνα για την υποστήριξη των φροντιστών. Έχουν συζητηθεί και συμφωνηθεί τα κριτήρια και οι στρατηγικές αναζήτησης, αξιολόγησης, ταξινόμησης και επιλογής των εφαρμογών και ιστοσελίδων κατά την εναρκτήρια συνάντηση, που φιλοξενήθηκε από το Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου στην Λεμεσό στις 29-30 Νοεμβρίου 2016.

Η ομάδα του προγράμματος Apps4Carers για το τμήμα Νοσηλευτικής του ΤΕΠΑΚ αποτελείται από τους:

Δρ Ευριδική Παπασταύρου, e.papastavrou@cut.ac.cy

Αρετή Ευθυμίου, arefthymiou@yahoo.com

Μελίνα Ευριπίδου, melinaevripidou@outlook.com

Δρ Θεολογία Τσίτση, theologia.tsitsi@cut.ac.cy

Δρ Παναγιώτα Ανδρέου, andreoup@hotmail.com



Η ομάδα του προγράμματος Apps4Carers για το SingularLogic S.A. (Ελλάδα) αποτελείται από τους:

Στέλιο Παντελόπουλο spantelopoulous@singularlogic.eu

Δρ. Αριάννα Πολυβίου polyviouariana@gmail.com

Singular Logic



APPS FOR CARERS: LE APPLICAZIONI PER IL CELLULARE CHE AIUTANO I CAREGIVER

Prendersi cura di un familiare può essere molto faticoso e portare non solo all'esaurimento fisico e psicologico, ma anche all'isolamento sociale, a problemi nella conciliazione tra lavoro e attività di cura, e a varie altre conseguenze. I servizi di supporto basati sulle Tecnologie di Informazione e Comunicazione (ICT), possono fare molto per aiutare chi si dedica alla cura di una persona cara (caregiver), un'attività assolutamente non marginale considerato che attualmente in Europa l'80% del lavoro di cura prestato a familiari, amici o vicini di casa viene svolto da caregiver informali.

I dispositivi mobili come i cellulari e i tablet, in particolare, sono ormai ampiamente diffusi e di facile utilizzo, e offrono la possibilità di accedere ad una vasta gamma di applicazioni e siti web estremamente utili. Queste risorse possono dare risposta alle principali esigenze dei caregiver, come ad esempio, supportare nella programmazione dell'attività di cura e nella distribuzione o condivisione dei compiti, informare e formare sulla salute, fungere da promemoria o fornire comunicazione da remoto con altri membri della famiglia o operatori. Sfortunatamente, nella maggior parte dei casi, i caregiver non conoscono queste soluzioni, non sanno come installarle o utilizzarle, né sono a conoscenza dei potenziali benefici che ne possono trarre.

Il Progetto Apps for Carers (A4C) vuole quindi contribuire al benessere di chi si prende cura di un proprio caro aiutandolo ad accedere alle opportunità di informazione, apprendimento e partecipazione sociale offerte dalle nuove tecnologie ICT, in particolare le applicazioni per cellulari e tablet e i siti web.

- una selezione di applicazioni per cellulare/tablet e siti web attualmente disponibili e utili a supportare i caregiver nelle principali esigenze della loro attività di cura;
- un set di metodologie e strumenti formativi dedicato ai caregiver per svilupparne le competenze informatiche nell'utilizzo di applicazioni per cellulare/tablet;
- un manuale per formatori dedicato agli operatori sociali e ai formatori;
- una nuova applicazione per cellulare che raccolga le applicazioni e i siti selezionati in ogni paese coinvolto nel progetto, insieme ad informazioni e tutorial per il loro utilizzo.

Verrà inoltre sviluppato un programma ed una metodologia formativa che includa ad esempio: le caratteristiche del gruppo target (livello di alfabetizzazione informatica, il carico di cura e il ruolo svolto, la disponibilità di strumenti informatici adeguati), gli obiettivi formativi e i risultati d'apprendimento previsti.

Cofinanziato dalla Commissione Europea grazie al programma Erasmus+, il Progetto biennale A4C coinvolge 6 paesi: Svezia, Italia, Grecia, Portogallo e Cipro, coordinati dall'Università Linnaeus (in Svezia).

output 1

Da gennaio 2017 i partecipanti al progetto, guidati da uno dei due partner italiani, l'Istituto di Riposo e Cura per Anziani (INRCA) di Ancona, hanno iniziato a lavorare sul primo output di progetto: la selezione delle applicazioni e dei siti web a supporto dei caregiver.

I criteri per la ricerca, la valutazione, la classificazione e la selezione sono stati discussi e concordati durante il primo incontro di progetto che si è tenuto a Limisso (Cipro), ospitato da CUT, Università Tecnologica di Cipro nei giorni 29 e 30 Novembre 2016.

Per ulteriori informazioni e seguire le attività del progetto, visita il sito www.appsforcarers.eu o contattaci via email!

Referenti per l'Italia:

Licia Boccaletti, Anziani e Non solo:
progetti@anzianienonsolo.it, 059-645421

Roberta Papa, INRCA:
r.papa@inrca.it, 071-8004787

