Marivel

Guida completa

Ogni funzione spiegata passo dopo passo,
con l'immagine di ogni schermata.

Per Android e iPhone — le differenze sono indicate chiaramente.

Salva o stampa questa guida, oppure passala a chi ti aiuta.

Benvenuto

Marivel è un'app che ti aiuta a prendere i farmaci in orario. L'app ti ricorda i momenti giusti, tiene il conto delle scorte che ti restano e può — se lo desideri — avvisare un referente quando non confermi un'assunzione.

Questa guida parte dal presupposto che tu abbia poca o nessuna esperienza con gli smartphone. Ogni passo mostra una vera schermata dell'app, così sai esattamente che cosa cercare e dove toccare.

Android o iPhone — perché è importante

Marivel esiste come due app distinte: una per i telefoni Android (come Samsung) e una per l'iPhone. Fanno la stessa cosa, ma alcune schermate hanno un aspetto diverso o funzionano in modo leggermente diverso — soprattutto per le autorizzazioni e le notifiche. Dove succede, questa guida ha un riquadro a parte: **Su Android** in verde, **Su iPhone** in blu. Se non c'è nessun riquadro, la schermata è uguale su entrambi i dispositivi.

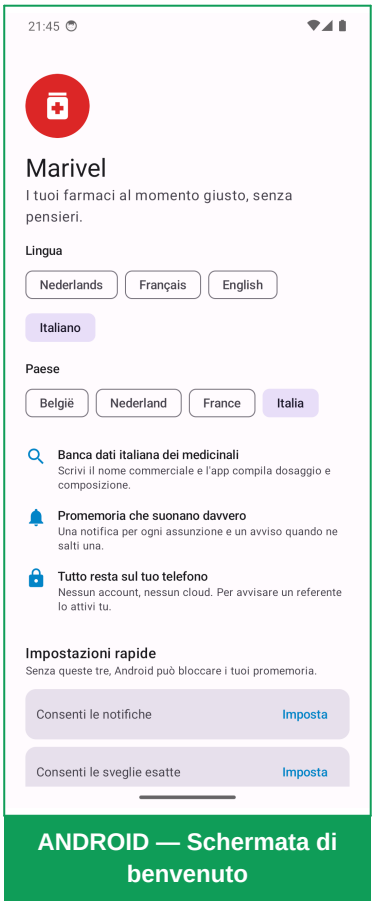
Che cosa ti serve

• Un telefono Android o un iPhone, con l'app Marivel già installata.
• L'accesso a internet una volta (wifi o dati mobili), per poter cercare nell'elenco dei medicinali quando aggiungi un farmaco. Dopo, l'app funziona anche senza internet.
• Nessun account, nessuna password, nessun indirizzo e-mail. Per impostazione predefinita tutto resta sul tuo dispositivo.

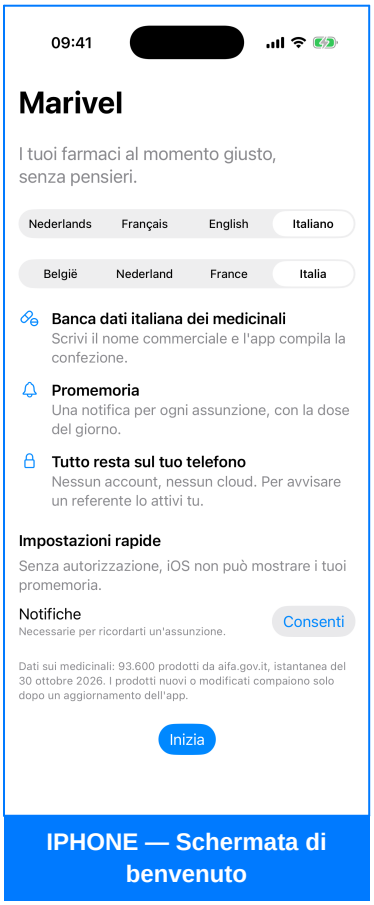
1 Aprire l'app: lingua e paese

La prima volta che apri l'app vedi questa schermata di benvenuto. In alto scegli la tua lingua (olandese, francese, inglese o italiano) e sotto il paese il cui elenco dei medicinali verrà usato. Se vivi in Italia scegli **Italia**; questo determina quali medicinali l'app riconosce quando in seguito ne cerchi uno.

Sotto la scelta di lingua e paese, l'app spiega brevemente che cosa fa: la banca dati dei medicinali, i promemoria e il fatto che tutto resta sul tuo dispositivo.



ANDROID — Schermata di benvenuto



IPHONE — Schermata di benvenuto

Questa schermata è quasi identica su Android e iPhone. Puoi sempre cambiare in seguito la scelta di lingua e paese, nella scheda *Panoramica*.

2 Concedere le autorizzazioni

In fondo alla schermata di benvenuto l'app chiede alcune autorizzazioni. Senza di esse, il telefono stesso può bloccare i tuoi promemoria — quindi è importante concederle tutte. È anche la differenza più grande tra Android e iPhone.

SU ANDROID — tre autorizzazioni

Android chiede **tre** autorizzazioni distinte, ciascuna con il proprio pulsante «Imposta»:

1. **Consenti le notifiche** — senza questa, il telefono non mostra nessun promemoria.
2. **Consenti le sveglie esatte** — altrimenti un promemoria può suonare troppo tardi.
3. **Disattiva l'ottimizzazione della batteria** — altrimenti Android può «mettere l'app a dormire» durante la notte e far saltare un promemoria.

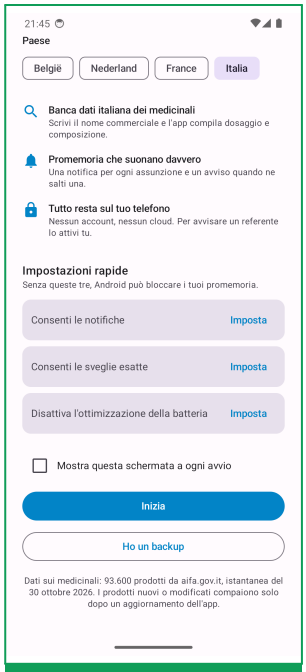
Tocca ogni pulsante «Imposta», consenti nella finestra che compare e torna all'app. Per la gestione della batteria, Android apre l'elenco dell'ottimizzazione: scegli «Tutte le app» in alto, trova Marivel, toccala e scegli «Non ottimizzare». Una spunta verde conferma che ha funzionato.

SU IPHONE — un'autorizzazione

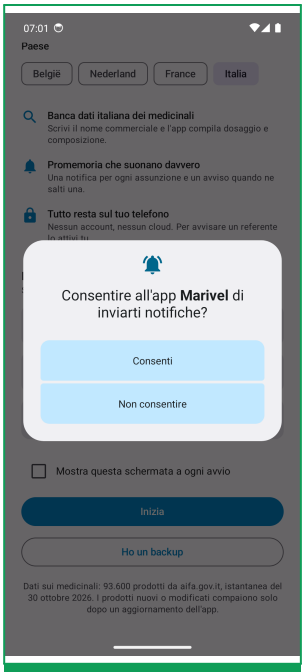
L'iPhone chiede soltanto **un'**autorizzazione: **Notifiche**. Tocca «Consenti» — l'iPhone mostra allora la propria finestra di sistema («Marivel vorrebbe inviarti delle notifiche»), dove tocchi di nuovo «Consenti».

Le sveglie esatte e la gestione della batteria non esistono come concetti separati sull'iPhone — se ne occupa il sistema operativo, non appena le Notifiche sono attive.

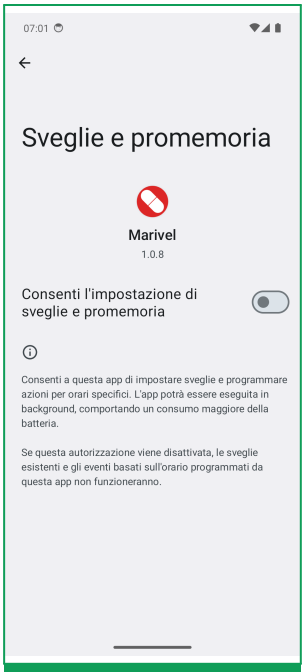
Schermate — Android



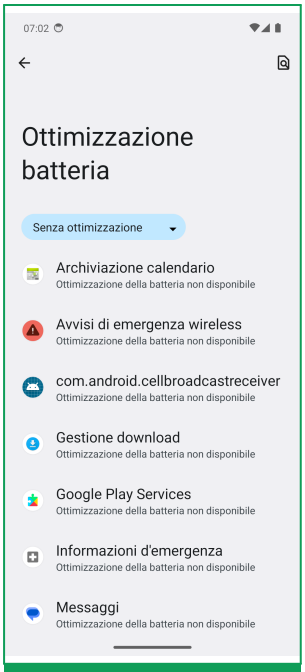
Le tre autorizzazioni



Finestra di sistema: Notifiche

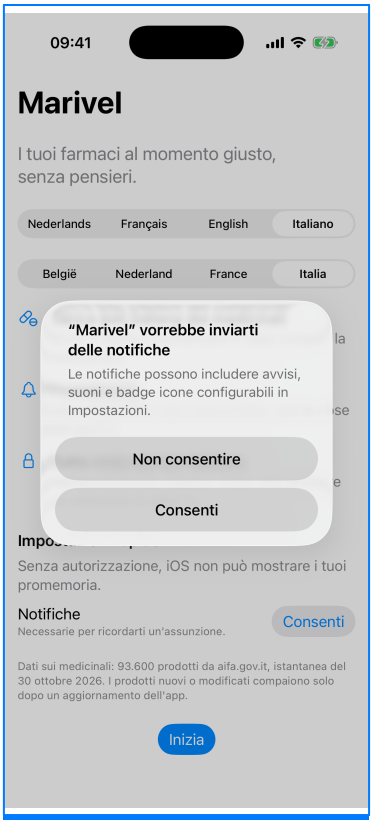


Schermata di sistema: Sveglie

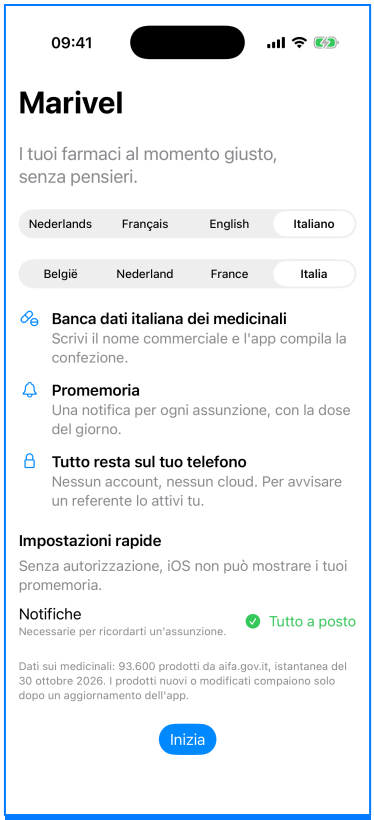


Schermata di sistema: Batteria

Schermata — iPhone



Finestra di sistema iOS

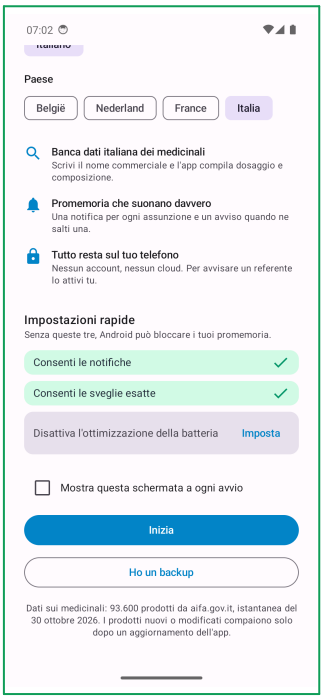


«Tutto a posto» confermato

Disattivare l'ottimizzazione della batteria — passo dopo passo

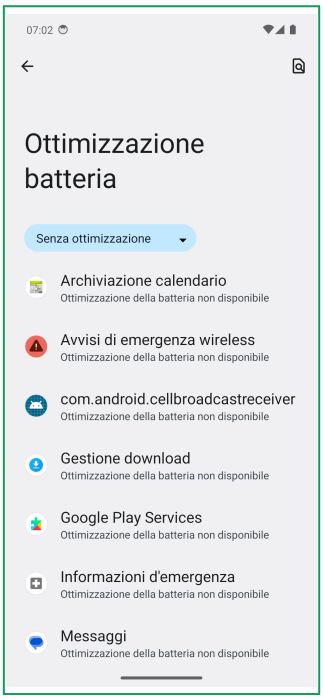
Android risparmia batteria mettendo «a dormire» le app che non si usano da tempo. Se lo fa con Marivel, un promemoria può arrivare in ritardo o non arrivare affatto. Per questo la disattivi **una sola volta** per Marivel. Ci vuole circa un minuto. Su alcuni telefoni le schermate hanno nomi un po' diversi; cerca allora la stessa parola.

Passo 1



In Marivel: tocca **Imposta** accanto a «Disattiva l'ottimizzazione della batteria».

Passo 2



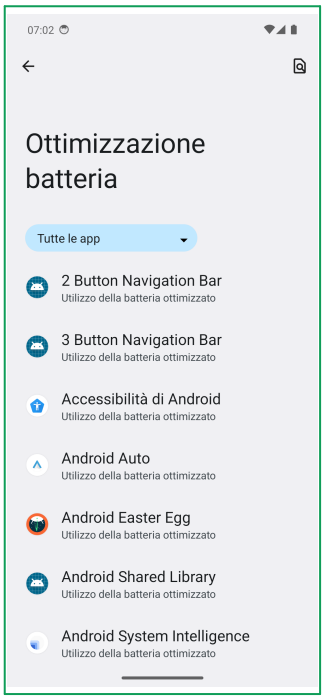
Si apre la schermata **Ottimizzazione della batteria**. Tocca **Senza ottimizzazione** in alto (il testo esatto può variare da telefono a telefono).

Passo 3

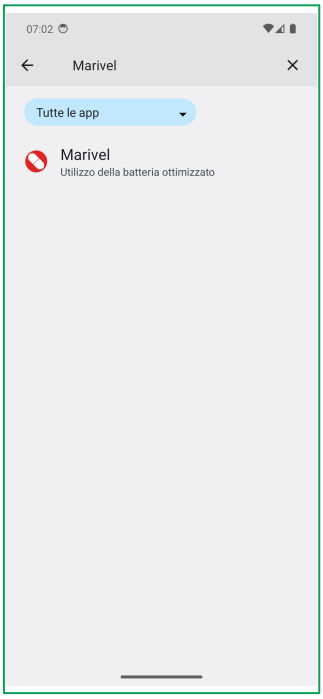
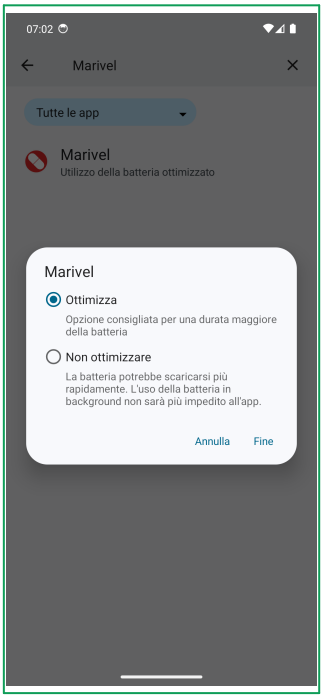
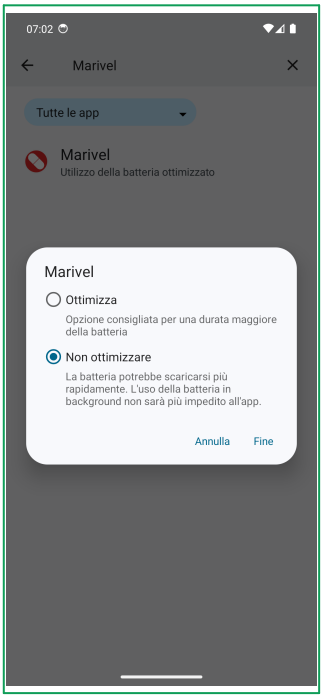
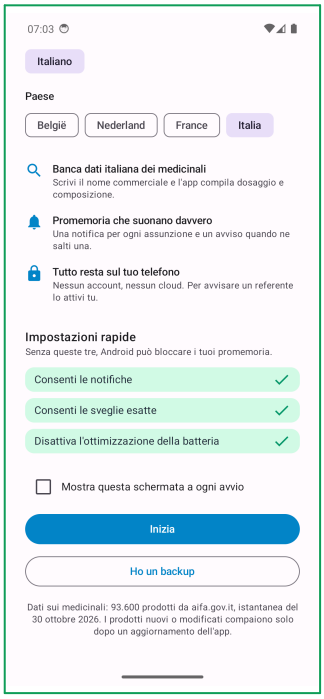


Si apre un piccolo menu. Scegli **Tutte le app**.

Passo 4



Ora tutte le app del telefono sono nell'elenco. Non scorrere: tocca la **lente d'ingrandimento** in alto a destra e scrivi la parola **Marivel**.

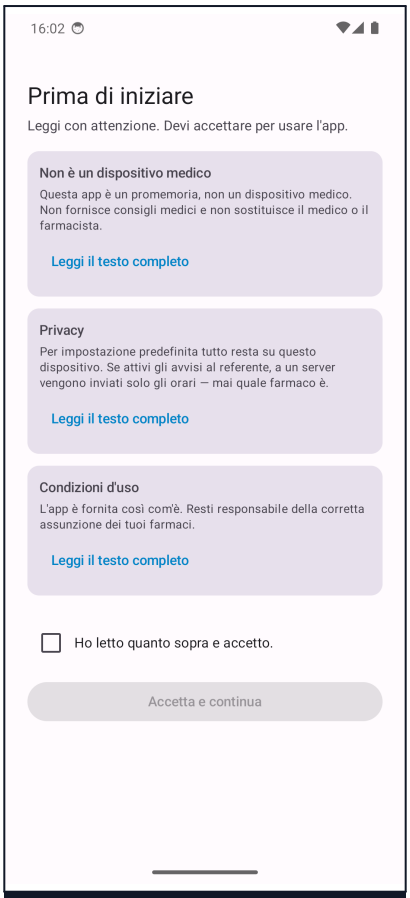
Passo 5	Passo 6	Passo 7	Passo 8
			
Rimane una sola app. Tocca **Marivel** nell'elenco.	Compare una finestra. Tocca **Non ottimizzare**.	Tocca **Fine** in basso a destra. Sotto Marivel ora compare «Utilizzo della batteria non ottimizzato».	Torna a Marivel (freccia indietro in alto a sinistra, più volte). Accanto a «Disattiva l'ottimizzazione della batteria» c'è ora una **spunta verde**. Fatto!

Non funziona? I nomi cambiano da marca a marca (Samsung: «Batteria» e «Senza limitazioni»; Xiaomi: «Risparmio batteria» e «Nessuna limitazione»). Cerca «batteria» nelle impostazioni del telefono e poi Marivel.

3 Accettare le condizioni

Dopo la schermata di benvenuto l'app mostra tre brevi schede: che Marivel **non è un dispositivo medico** (non sostituisce il tuo medico o il tuo farmacista), come l'app tratta la tua **privacy** e le **condizioni d'uso**. Su ogni scheda puoi toccare «Leggi il testo completo» per maggiori dettagli.

In fondo, spunta «Ho letto quanto sopra e accetto», poi tocca «Accetta e continua». Senza questo passaggio non puoi usare l'app.



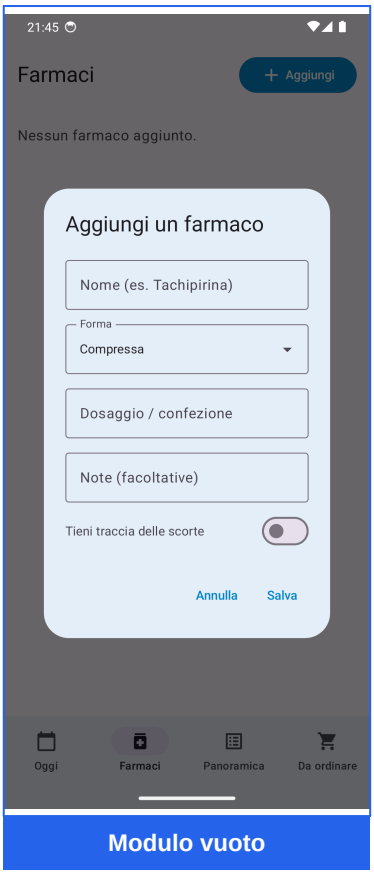
Prima di iniziare

Questa schermata è identica su Android e iPhone e compare nella lingua dell'app.

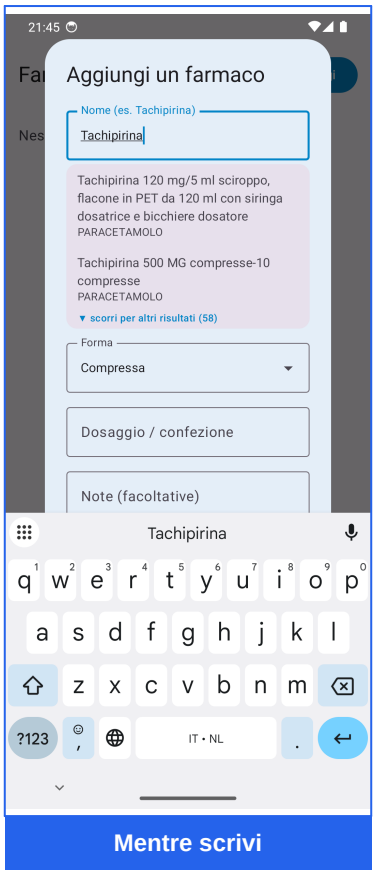
4 Aggiungere un farmaco

Vai alla scheda **Farmaci** in basso e tocca «Aggiungi». Scrivi il nome del tuo farmaco (per esempio «Tachipirina») nel campo del nome. Mentre scrivi, l'app mostra subito un elenco di prodotti tratti dalla banca dati ufficiale dei medicinali del paese scelto. Tocca il prodotto giusto: l'app compila da sola dosaggio, confezione e composizione.

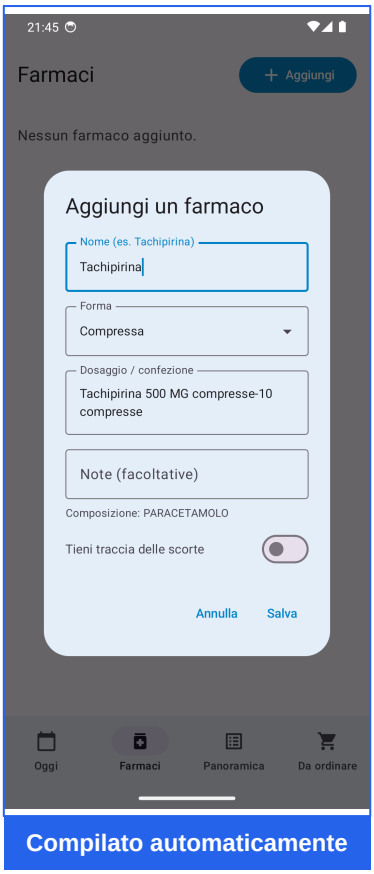
Se niente corrisponde a ciò che cerchi, puoi anche compilare tutti i campi a mano.



Modulo vuoto



Mentre scrivi

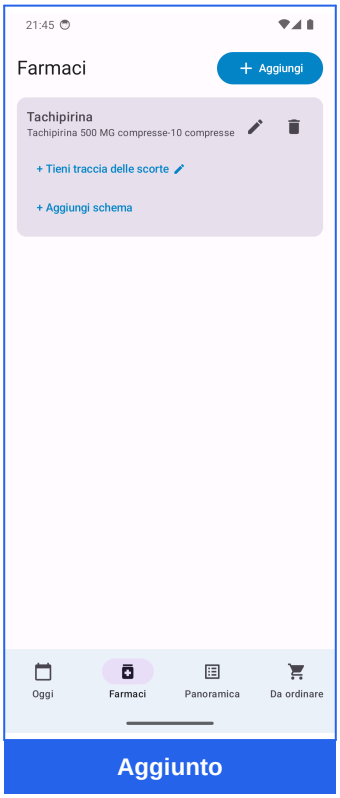


Compilato automaticamente

Scansionare la confezione (solo Belgio e Francia)

Per questi due paesi puoi anche toccare «Scansiona la confezione» e inquadrare con la fotocamera l'area del codice a barre (il quadratino a puntini) sulla scatola. L'app cerca allora da sola il nome. Nei Paesi Bassi e in Italia questo pulsante non c'è: quelle fonti di dati sui medicinali non hanno un collegamento con il codice a barre.

Dopo averlo salvato, il tuo farmaco compare come scheda nell'elenco, con due passi successivi: *tenere aggiornate le scorte* e *aggiungere uno schema*.



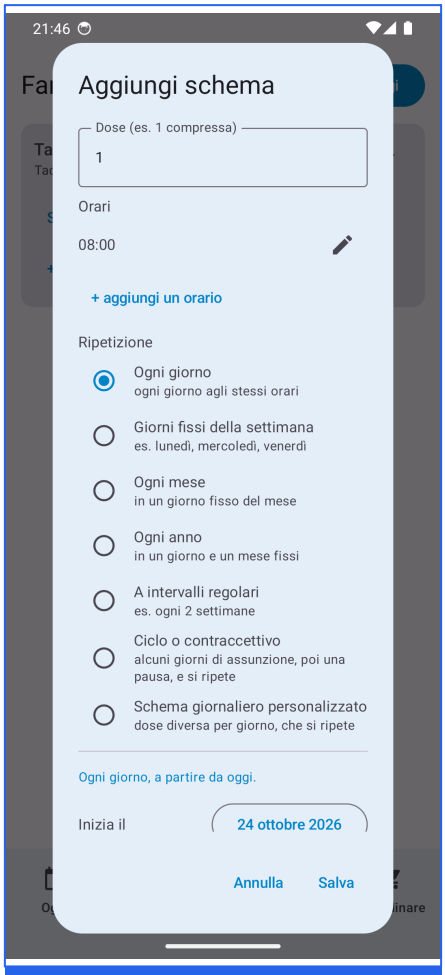
L'intera schermata — compresa la ricerca e la scansione — funziona in modo identico su Android e iPhone.

5 Impostare uno schema di assunzione

Tocca «+ Aggiungi schema» accanto al tuo farmaco. Compila la dose (per esempio «1 compressa») e l'orario — tocca la matita accanto all'orario per cambiarlo. Con «+ aggiungi un orario» puoi anche impostare più momenti al giorno.

Poi scegli ogni quanto si ripete la dose:

- **Ogni giorno** — agli stessi orari
- **Giorni fissi della settimana** — per esempio solo lunedì, mercoledì, venerdì
- **Ogni mese** o **Ogni anno** — in una data fissa
- **A intervalli regolari** — per esempio ogni 2 settimane
- **Ciclo o contraccettivo** — alcuni giorni di assunzione, poi una pausa, e si ripete
- **Schema giornaliero personalizzato** — una dose che varia da giorno a giorno e continua a ripetersi

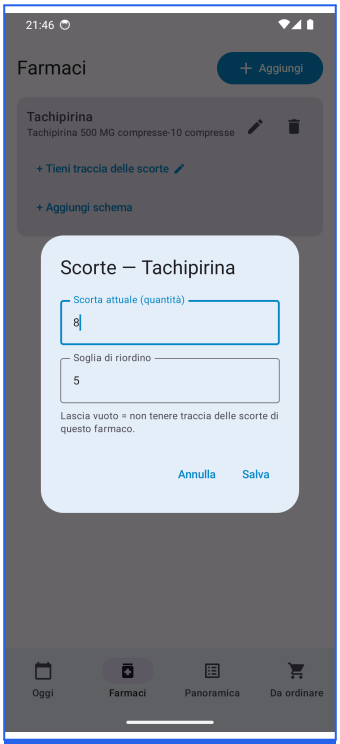


Tutte le opzioni di ripetizione

Anche questa schermata è identica su Android e iPhone.

6 Tenere aggiornate le scorte

Tocca «+ Tieni traccia delle scorte» accanto al tuo farmaco per indicare quante unità ti restano e da quale numero vuoi essere avvisato di riordinare (la «soglia di riordino», 5 per impostazione predefinita). Ogni volta che confermi un'assunzione, l'app scala automaticamente un'unità.



Impostare le scorte

Non appena le scorte raggiungono o scendono sotto quella soglia, l'app ti invia automaticamente una notifica — anche se non hai l'app aperta. Troverai allora quel farmaco anche nella scheda «Da ordinare» (su iPhone «Ordini»; passo 8, più avanti). Se rifornisci le scorte sopra la soglia da solo, la notifica ricompare solo al successivo calo.

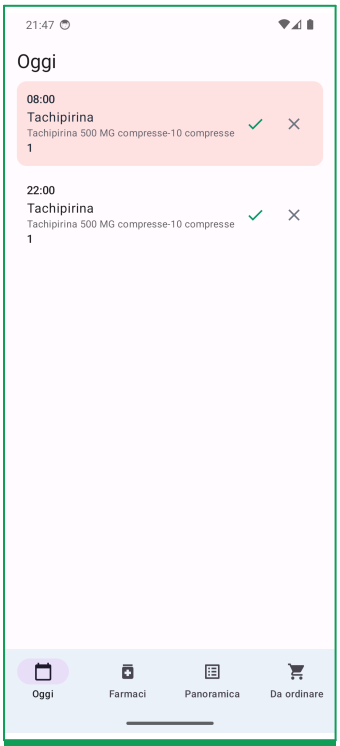
Questa notifica delle scorte, e il fatto stesso di tenerle aggiornate, funzionano in modo identico su Android e iPhone.

7 Confermare un'assunzione

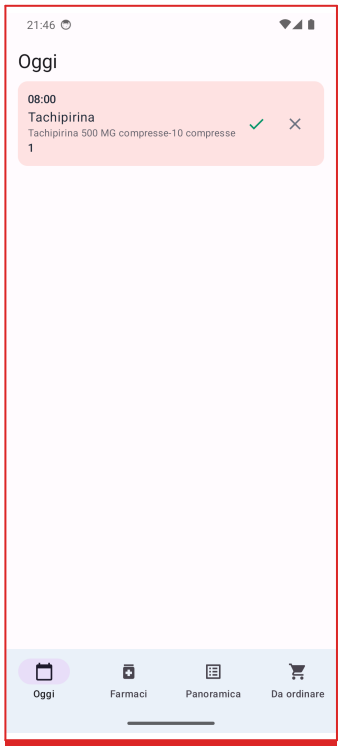
La scheda **Oggi** mostra tutto ciò che c'è da prendere oggi, in ordine di orario. Quando arriva il momento, il telefono invia una notifica. Puoi confermare un'assunzione in tre punti: direttamente dalla notifica, oppure nell'app stessa toccando la spunta (assunto) o la croce (saltato).

Se non rispondi entro un quarto d'ora dall'orario previsto, l'app stessa segna quell'assunzione come «Non assunto» — così la tua panoramica resta esatta e un eventuale referente viene a sapere che qualcosa è andato storto.

Finché un'assunzione non è ancora arrivata («in attesa»), nell'app compaiono accanto alla riga due pulsanti: una spunta verde per segnarla come assunta, una croce per saltarla. Se l'orario è già passato senza risposta, quegli stessi pulsanti restano visibili — ma la riga diventa giallo chiaro come avvertimento — finché il limite del quarto d'ora citato sopra non passa e l'assunzione diventa «Non assunto».



In attesa — pulsanti visibili



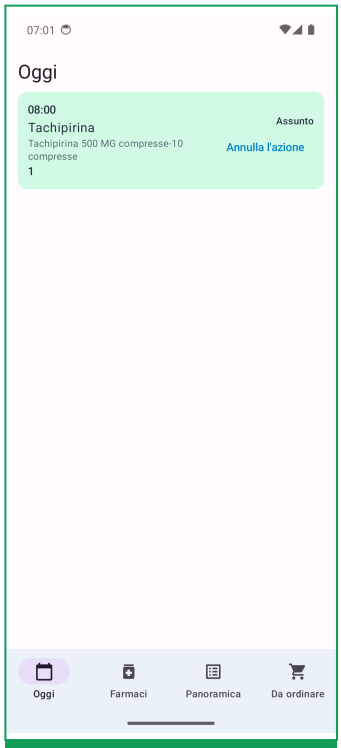
Dopo un quarto d'ora: Non assunto

Troppo presto. Se tocchi la spunta di un'assunzione prevista tra più di 30 minuti, l'app chiede prima conferma. Se confermi ora un'assunzione del genere, all'orario previsto non ci sarà alcun promemoria e un eventuale referente penserà che sia tutto fatto. Scegli «Conferma comunque» per continuare, o «Annulla» se era un errore.

Spuntato per sbaglio? Quando un'assunzione è segnata come assunta o saltata, a destra compare il pulsante **Annulla l'azione**. Riporta l'assunzione allo stato aperto: la scorta viene ripristinata, il promemoria viene ripristinato e anche il server del referente viene a sapere che l'assunzione è di nuovo aperta.



Troppo presto: l'app chiede prima



Spuntato per sbaglio: Annulla l'azione

SU ANDROID — pulsanti visibili subito

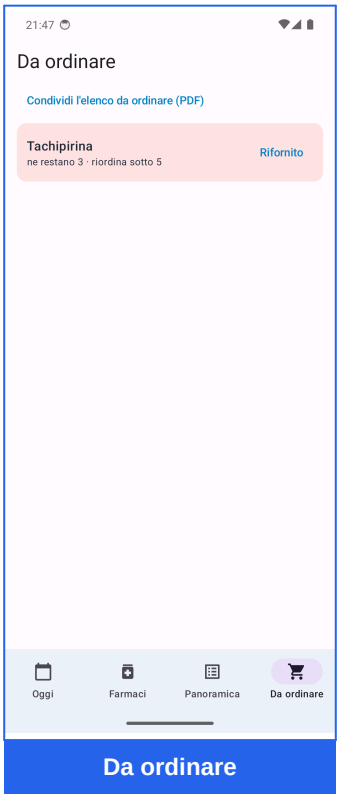
La notifica stessa mostra subito **tre pulsanti** sotto il testo: **Assunto**, **Salta** e **Rimanda 15 min**. Li tocchi direttamente, senza dover aprire l'app.

SU IPHONE — scorri o tieni premuto

Sull'iPhone devi prima **far scorrere la notifica verso sinistra** oppure **tenerla premuta** per un momento — compaiono allora gli stessi tre pulsanti: Assunto, Salta, Rimanda 15 min. Un semplice tocco breve sulla notifica apre l'app con una piccola finestra dove puoi fare la stessa scelta.

8 Scheda Da ordinare

Questa scheda (su iPhone si chiama «Ordini») mostra solo i farmaci le cui scorte sono pari o inferiori alla soglia di riordino — esattamente ciò che dovrai presto rifornire. Se non c'è niente da ordinare, lo dice semplicemente. In alto puoi inoltrare l'elenco con «Condividi l'elenco da ordinare (PDF)», per esempio a chi fa la spesa per te.



Identica su Android e iPhone.

9 Scheda Panoramica

Questa scheda raccoglie tutto ciò che ti serve solo ogni tanto: la spiegazione, l'aderenza alla terapia, il backup, il riepilogo dei farmaci per il tuo medico, il server del referente e la scelta di lingua e paese.

Aderenza alla terapia

In alto vedi subito quale percentuale delle tue assunzioni dell'ultima settimana e dell'ultimo mese è avvenuta in orario — per esempio «18 assunzioni su 21 in orario · 86%». Così non devi scorrere da solo un lungo elenco di spunte per sapere come stanno le cose. Se nel periodo scelto non è ancora arrivata nessuna assunzione, l'app lo dice semplicemente con onestà, invece di mostrare un numero fuorviante.

Creare e ripristinare un backup

Sotto «Dati», «Esporta il backup» scrive tutti i tuoi farmaci, schemi e la cronologia delle assunzioni in un unico file — per esempio da conservare quando cambi telefono. L'app ti chiede allora di scegliere una **password**: serve a cifrare il file, perché potrebbe finire su una scheda SD, una chiavetta USB o nel cloud, e quelli non sono posti per dati medici in chiaro e leggibili. **Ricorda bene questa password** — senza di essa il backup non si può ripristinare e non c'è modo di recuperarla in seguito.

«Ripristina il backup» fa il contrario: scegli il file salvato, digita la password e tutti i dati attuali vengono sostituiti da quelli contenuti nel backup.

Condividere un backup tra Android e iPhone

Un backup creato su Android si può in linea di principio ripristinare su un iPhone, e viceversa — per esempio quando cambi marca di telefono. La password resta la stessa.

Condividere il riepilogo dei farmaci

Crea un foglio chiaro con tutti i tuoi farmaci e i relativi schemi, in ordine alfabetico — comodo da consegnare al medico, al farmacista o all'infermiere a domicilio. Se inserisci un nome, compare sul foglio; se lo lasci vuoto, nulla sul foglio ti identifica.

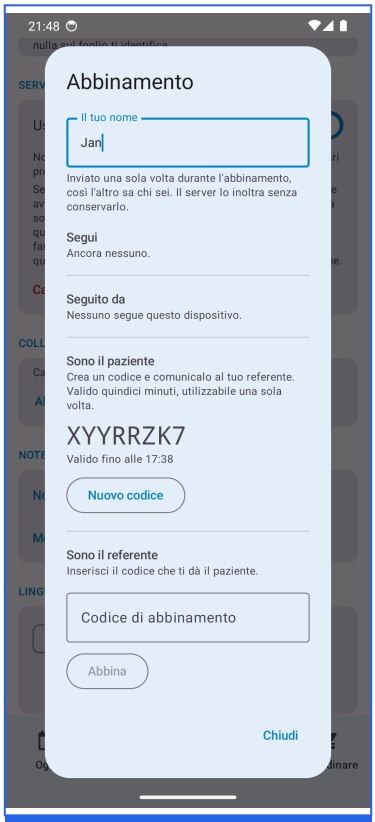
Server del referente

Permette di avvisare un referente (per esempio un figlio o chi ti assiste) quando un'assunzione non viene confermata — anche se in quel momento il tuo telefono è spento. Non vengono mai inviati nomi di farmaci né dosi, solo gli orari in cui era prevista un'assunzione e se è stata confermata.

IMPORTANTE — riguarda solo l'avviso di assunzione mancata

L'interruttore «Usa il server del referente» è **disattivato** per impostazione predefinita. Finché è disattivato, l'app tiene comunque traccia del tuo schema e i tuoi normali promemoria per prendere un farmaco — la notifica all'orario previsto, con Assunto/Salta/Posticipa — **continuano a funzionare come sempre**, su questo dispositivo. Quello che non succede: **nessuno viene avvisato a parte** — nemmeno tu — quando un promemoria del genere resta senza risposta. Se vuoi che il tuo referente (o tu stesso, come referente del tuo dispositivo) riceva quell'avviso separato per un'assunzione mancata, questo interruttore deve essere attivo E l'abbinamento qui sotto deve essere completato. Vale per entrambi i lati dell'abbinamento.

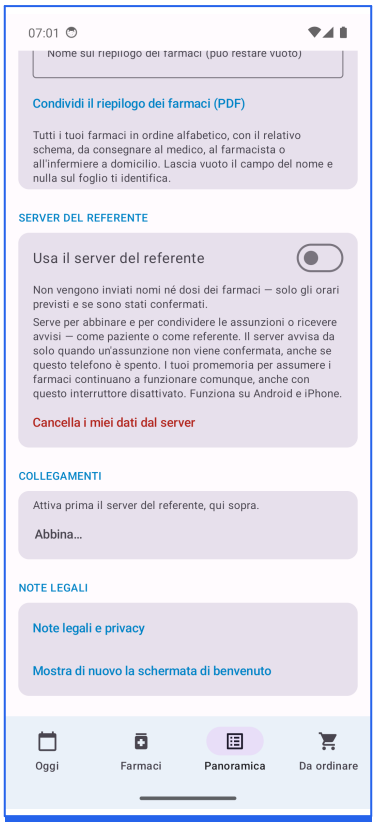
Attiva l'interruttore, poi tocca «Abbina…» per abbinare i due dispositivi tra loro con un codice. Un lato sceglie «Sono il paziente» e tocca «Crea un codice» — quel codice vale quindici minuti e si può usare una sola volta. L'altro lato sceglie «Sono il referente», digita quel codice nel campo «Codice di abbinamento» e tocca «Abbina». Funziona tra due dispositivi Android, due iPhone o un misto dei due.



Abbinamento: creare un codice

Cancella i tuoi dati sul server

Sotto l'interruttore c'è il pulsante rosso **Cancella i miei dati dal server**. Dopo la tua conferma, elimina dal server l'ID di questo dispositivo, i tuoi abbinamenti e tutti gli orari previsti e le conferme di questo dispositivo, e disattiva il server. I tuoi farmaci e promemoria sul telefono restano; un referente non riceverà più avvisi. Funziona anche quando il server è disattivato. Se non riesce, per esempio senza internet, l'app lo segnala: riprova più tardi.



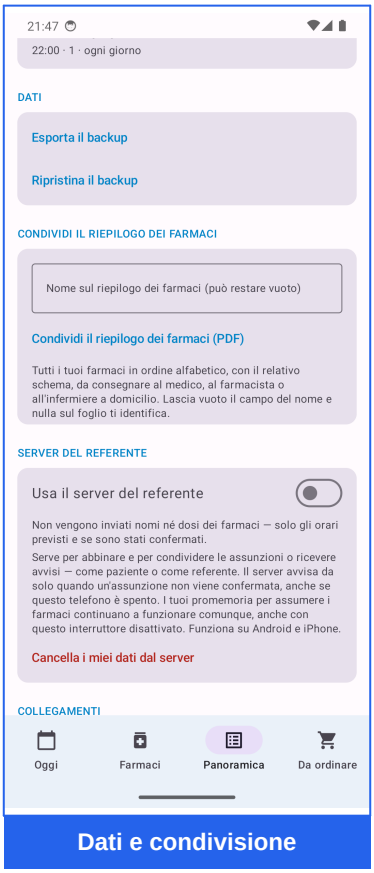
Il pulsante rosso nel blocco Server del referente

Cambiare lingua e paese

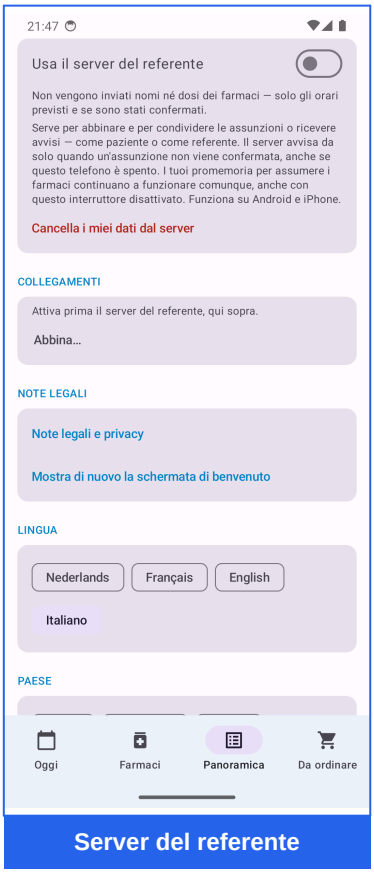
In fondo puoi scegliere di nuovo in qualsiasi momento la tua lingua e il tuo paese — questo cambia soltanto l'elenco dei medicinali usato nella ricerca. I tuoi farmaci e i tuoi schemi restano esattamente come erano.



Aderenza alla terapia



Dati e condivisione



Server del referente

L'intera scheda — compresi l'aderenza alla terapia e il backup cifrato — funziona e ha lo stesso aspetto su Android e iPhone.

10 Il widget nella schermata Home

Oltre alla notifica all'orario previsto, Marivel offre anche un widget: un piccolo riquadro che metti nella tua schermata Home e che mostra sempre la tua prossima assunzione — senza aprire l'app. Mostra l'orario, il nome del farmaco, il dosaggio e la quantità (per esempio «500 mg · 1 compressa») e le eventuali note che hai aggiunto a quel farmaco. Se le scorte sono pari o inferiori alla soglia di riordino, il widget lo indica. Dal widget stesso puoi toccare direttamente «Assunto», «Posticipa» o «Salta», proprio come dalla notifica. I pulsanti compaiono solo trenta minuti prima dell'orario previsto; prima di allora il widget mostra soltanto la dose, così non spunti per errore al mattino una compressa della sera.

Il widget non compare da solo — lo aggiungi una volta alla tua schermata Home, come qualsiasi altro widget del tuo dispositivo.



Ecco com'è il widget, tra le tue altre app nella schermata Home



Da vicino: orario, nome, quantità, nota, farmaco da ordinare e i pulsanti

SU ANDROID — aggiungere il widget

1. Tieni premuto un punto vuoto della schermata Home finché compare un menu.
2. Tocca «Widget».
3. Trova **Marivel** nell'elenco e tieni premuto il widget.
4. Trascinalo in un punto vuoto della schermata Home e rilascia.

Una volta posizionato, puoi trascinare gli angoli per rendere il widget più largo o più alto, come qualsiasi altro widget. Su alcuni dispositivi e launcher il sistema non consente ogni altezza — è un limite del dispositivo, non dell'app.

SU IPHONE — aggiungere il widget

1. Tieni premuto un punto vuoto della schermata Home finché le icone cominciano a «tremare».
2. Tocca il segno **+** in alto a sinistra.
3. Trova **Marivel** nell'elenco dei widget.
4. Scorri a sinistra o a destra per scegliere una dimensione (piccola o media) e tocca «Aggiungi widget».
5. Trascina il widget nel punto che vuoi e tocca «Fine».

Ogni quanto si aggiorna il widget?

Il widget si aggiorna da solo ogni volta che qualcosa cambia — un'assunzione che confermi, un nuovo farmaco, una scorta modificata — e anche automaticamente quando arriva una nuova prossima assunzione. Non devi mai aggiornarlo a mano.

Riepilogo: differenze tra Android e iPhone

Quasi in ogni schermata Marivel fa esattamente la stessa cosa su Android e iPhone. Questi sono i punti in cui c'è ancora qualche differenza.

Funzione	Android	iPhone
Autorizzazioni all'avvio	Tre: notifiche, sveglie esatte, gestione della batteria	Una: notifiche
Pulsanti nella notifica	Visibili subito, sotto la notifica	Compaiono dopo aver fatto scorrere o tenuto premuto
Scansione della confezione	Solo Belgio o Francia	Solo Belgio o Francia
Scelta della posizione del file di backup	Selettore file di Android	App File di iOS
Tutte le altre schermate	Identiche	Identiche

Hai bisogno di aiuto?

Non riesci a capire? Puoi sempre rivedere la schermata di benvenuto da Panoramica → «Mostra di nuovo la schermata di benvenuto», e questa guida si trova anche nell'app, sotto Panoramica → «Apri la guida (PDF)».

Marivel è un promemoria, non un dispositivo medico. Non dà consigli medici e non sostituisce il tuo medico o il tuo farmacista. In caso di dubbi sui tuoi farmaci, consulta sempre un medico o un farmacista.