TOMAS 2.0

TOMAS Online Courses

A simple guide to learn at your own pace

Corsi online TOMAS

Una guida semplice per imparare al tuo ritmo

Before you start
Prima di iniziare

- **A phone, tablet or computer with internet.**
  Un telefono, tablet o computer con accesso a Internet.
- **An email address you can access.**
  Un indirizzo email che puoi consultare.
- **15–30 minutes for each lesson.**
  15–30 minuti per ogni lezione.
- **A pen and notebook for notes.**
  Una penna e un quaderno per gli appunti.

The courses are free; no payment or credit card is required.
I corsi sono gratuiti: non servono pagamenti né carta di credito.



Choose your language and create your account

Scegli la lingua e crea il tuo account

1. Open **tomas.rezosbrands.com** and choose the language you understand best.
   Apri **tomas.rezosbrands.com** e scegli la lingua che capisci meglio.

2. Select **“Create an account”** and complete your account and personal details.
   Seleziona **“Create an account”** e inserisci i dati dell'account e i tuoi dati personali.

3. Complete every required field, accept the Privacy Policy and select **“Sign Up”**.
   Compila tutti i campi obbligatori, accetta la Privacy Policy e seleziona **“Sign Up”.**

Keep your username and password safe; never share your password.

Conserva username e password in un luogo sicuro; non condividere mai la password.



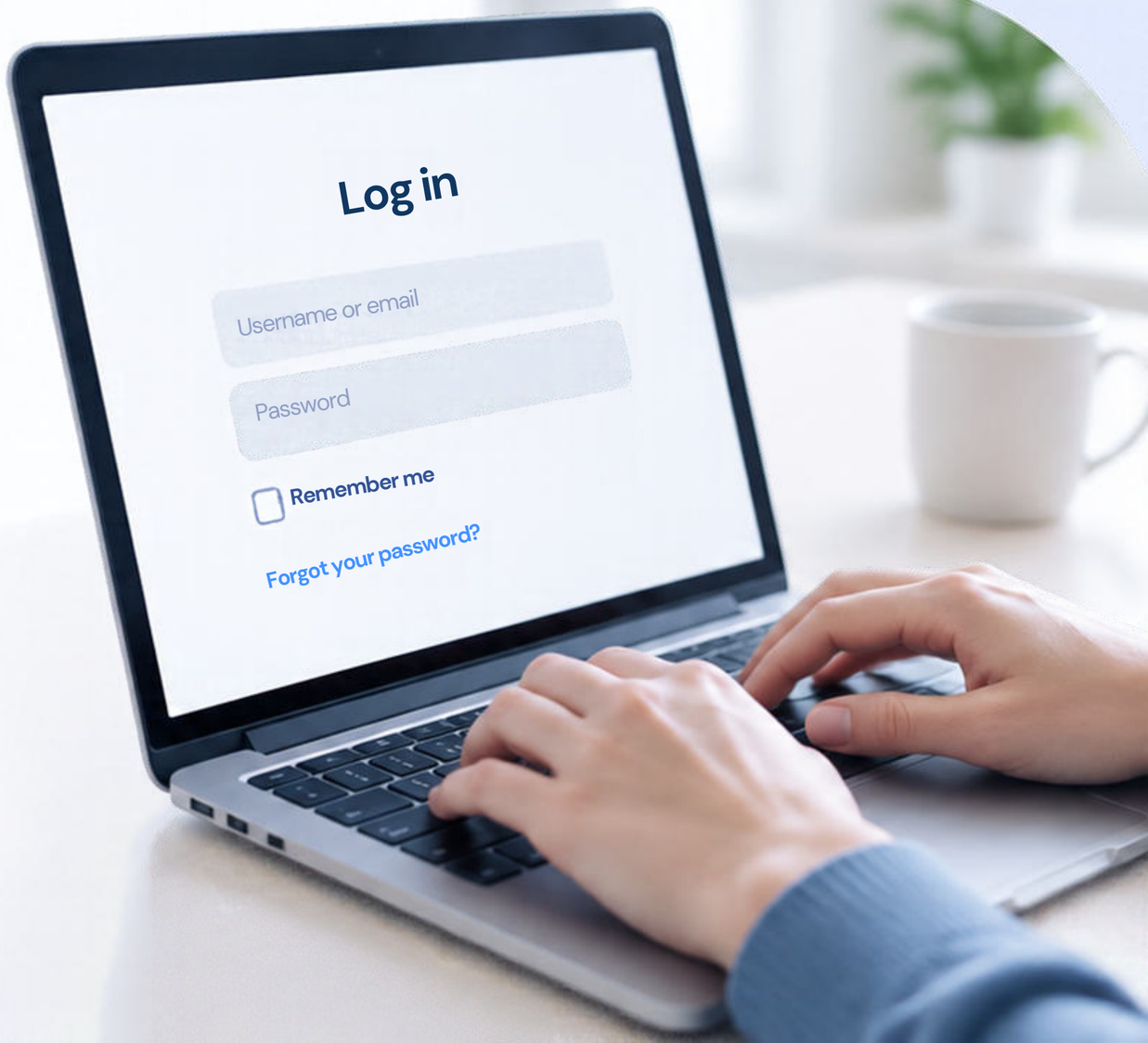
TOMAS 2.0

Log in safely Accedi in sicurezza

- **Enter your username or email and your password on the login page.**
- Inserisci username o email e password nella pagina di accesso.

- **Select “Remember me” only on your own phone or device.**
- Seleziona “Remember me” solo sul tuo telefono o dispositivo personale.

- **If you forget your password, select “Forgot your password?” and follow the email instructions.**
- Se dimentichi la password, seleziona “Forgot your password?” e seguì le istruzioni ricevute via email.



Choose and start a course
Scegli e avvia un corso

- **Open “Courses” to browse the available courses.**
  Apri “Courses” per vedere i corsi disponibili.
- **Start with “00 – Introduction”, then continue with courses 01-05 in order.**
- Inizia con “00 – Introduction”, poi proseguì con i corsi 01-05 in ordine.
- **Select a course title, then choose “Start Now”.**
  Seleziona il titolo di un corso, poi scegli “Start Now”.

You can take as many courses as you like.
Puoi seguire tutti i corsi che vuoi.



Follow the lessons at your own pace

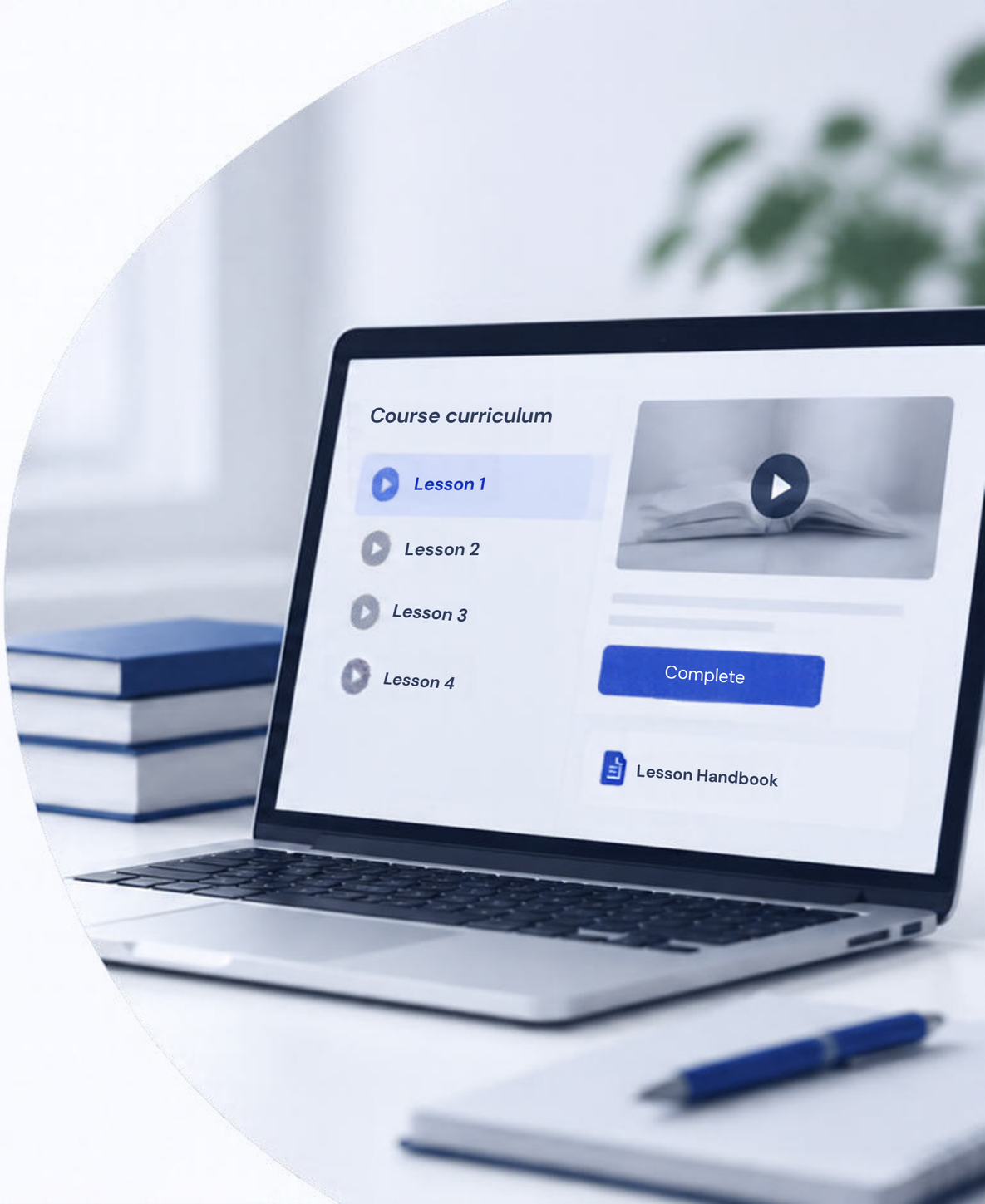
Segui le lezioni al tuo ritmo

1. **Open the course curriculum and select the first lesson.**
   Apri il programma del corso e seleziona la prima lezione.

2. **Read the text or watch the video, then select “Complete”.**
   Leggi il testo o guarda il video, poi seleziona “Complete”.

3. **Continue to the next lesson; stop and return whenever you want.**
   Prosegui con la lezione successiva; puoi fermarti e riprendere quando vuoi.

4. **Open “Lesson Handbook” on the home page to view or save the PDF.**
   Apri “Lesson Handbook” sulla home page per consultare o salvare il PDF.





Quizzes and certificates
Quiz e certificati

- **Complete all lessons before opening the course quiz.**

  Completa tutte le lezioni prima di aprire il quiz del corso.

- **Answer at least 90% correctly to receive that course's Certificate of Attendance.**

  Rispondi correttamente ad almeno il 90% per ottenere il Certificate of Attendance del corso.

- **Pass all five quizzes with at least 90% to receive the General Certificate of Participation.**

  Supera tutti e cinque i quiz con almeno il 90% per ottenere il General Certificate of Participation.

If something goes wrong
Se qualcosa non funziona

Login or sign-up problem

Problemi di accesso o registrazione

Check your username, email and password; complete every required field and accept the privacy policy.

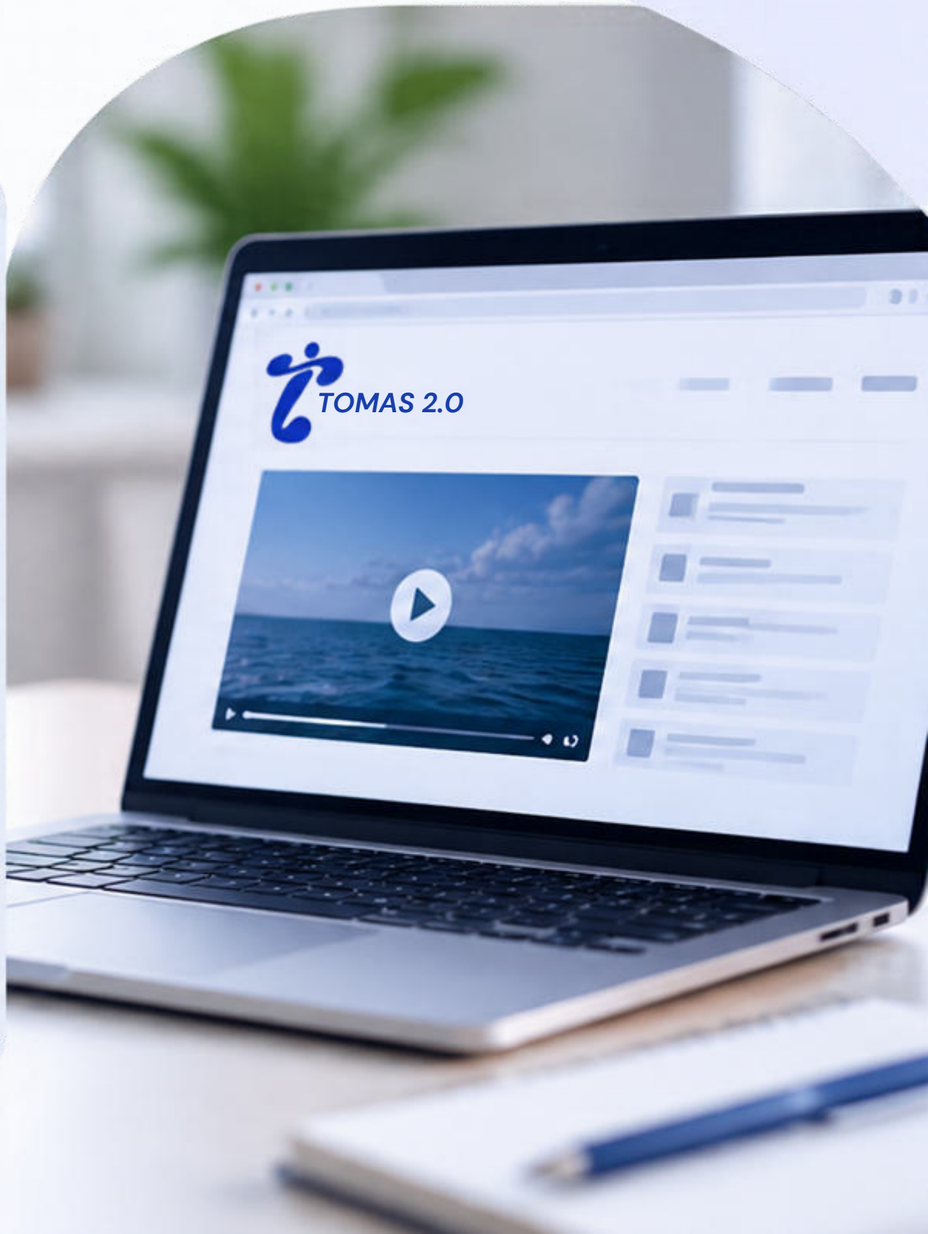
Controlla username, email e password; compila tutti i campi obbligatori e accetta l'informativa sulla privacy.

Course, language or video problem

Problemi con il corso, la lingua o il video

Log in before starting a course, change the language from the top menu, or refresh the page and check your internet connection.

Accedi prima di avviare un corso, cambia lingua dal menu in alto oppure aggiorna la pagina e controlla la connessione Internet.



Study tips
Consigli per lo studio

Short daily sessions
Sessioni brevi ogni giorno

Study for about 20 minutes a day and choose a quiet place.

Studia circa 20 minuti al giorno e scegli un posto tranquillo.

Review and take notes
Ripassa e prendi appunti

Write down unfamiliar words and reread lessons or watch videos again.

Annota le parole che non conosci e rileggi le lezioni o rivedi i video.

Learn with others
Impara con gli altri

Talk with other learners, and ask a teacher, mediator or support worker for help.

Parla con gli altri studenti e chiedi aiuto a un insegnante, mediatore o operatore di supporto.



Your TOMAS checklist
La tua lista di controllo TOMAS

- [ ] **Choose your language.**
  Scegli la tua lingua.

- [ ] **Create your account and keep your login details safe.**
  Crea il tuo account e custodisci le credenziali.

- [ ] **Start course 00 and finish all lessons in a course.**
  Inizia il corso 00 e completa tutte le lezioni di un corso.

- [ ] **Pass the quiz with at least 90% and receive your certificate.**
  Supera il quiz con almeno il 90% e ricevi il certificato.

