



MIG-DHL

Migrants Digital Health Literacy

Εγχειρίδιο

Ενότητα 1

Τι είναι ο ψηφιακός αλφαριθμητισμός για την υγεία και
ποια η σημασία του;

Συγγραφείς:

Carlos Serra, UVEG; Jenny Wielga, IAT



Με συγχρηματοδότηση από
το πρόγραμμα «Erasmus+»
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή αυτής της δημοσίευσης δεν συνιστά
έγκριση του περιεχομένου που αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις των συγγραφέων και η
Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που

περιέχονται σε αυτήν. Αριθμός έργου: 2020-1-DE02-KA204-007679.



Αυτό το εγχειρίδιο για την θεματική ενότητα 1 αποτελεί μέρος του προγράμματος MIG-DHL το οποίο αποτελείται από 6 εκπαιδευτικές θεματικές ενότητες στο σύνολο, οι οποίες έχουν αναπτυχθεί στα πλαίσια της Στρατηγικής Σύμπραξης Erasmus+ **MIG-DHL- Migrants Digital Health Literacy**.

Τα περιεχόμενα του εκπαιδευτικού προγράμματος:

Το πρόγραμμα MIG-DHL

Θεματική 1: Τι είναι ο ψηφιακός αλφαριθμητισμός για την υγεία και ποια η σημασία του;

Θεματική 2: Κύρια προβλήματα υγείας κατά την άφιξη σε μια νέα χώρα

Θεματική 3: Υπηρεσίες Υγειονομικής Περίθαλψης

Θεματική 4: Γίνομαι ψηφιακά εγγράμματος

Θεματική 5: Πλοήγηση στο Εθνικό Σύστημα Υγείας μέσω του Διαδικτύου

Θεματική 6: Δραστηριότητα στο ψηφιακό περιβάλλον υγείας

Μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες στο: <https://mig-dhl.eu/>



Δήλωση περί πνευματικών δικαιωμάτων:



Το έργο αυτό έχει αδειοδοτηθεί από την Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 Διεθνή Άδεια. Είστε ελεύθεροι να:

- διαμοιραστείτε — αντιγράψετε και αναδιανέμετε το υλικό σε κάθε μέσο ή μορφή
- τροποποιήσετε — διασκευάσετε, τροποποιήσετε και δημιουργήσετε παράγωγα του υλικού

υπό τους παρακάτω όρους:

- Αναφορά στον αρχικό δημιουργό - Σε αυτή την περίπτωση οποιοσδήποτε επιθυμεί να αναπαράγει ή να τροποποιήσει το εν λόγω έργο οφείλει να πραγματοποιήσει αναφορά στον αρχικό δημιουργό
- Απαγόρευση εμπορικής χρήσης του έργου- Σε αυτή την περίπτωση η χρήση του έργου με εμπορικό σκοπό απαγορεύεται.
- Διανομή του παράγωγου έργου με τους όρους της αρχικής άδειας- Σε αυτή την περίπτωση επιτρέπεται η δημιουργία παραγώγων υπό τον όρο η οποιαδήποτε χρήση του έργου να πραγματοποιείται με τον ίδιο τρόπο, δηλαδή με την εφαρμογή της συγκεκριμένης άδειας.



Περιεχόμενα

Εισαγωγή	1
1. Τι είναι ο Ψηφιακός Αλφαριθμητισμός στην Υγεία και ποια η σημασία του	3
1.1 Το πρόγραμμα ERASMUS+.	3
1.2 Έννοια Ψηφιακού Αλφαριθμητισμού Υγείας	4
1.3 Η σημασία του Ψηφιακού Αλφαριθμητισμού Υγείας για τους μετανάστες	7
Βιβλιογραφία	9



Εισαγωγή

Το παρακάτω εγχειρίδιο έχει αναπτυχθεί στο πλαίσιο του IO2 του προγράμματος MIG-DHL. Αυτό το εγχειρίδιο καλύπτει τις έξι ενότητες που αναπτύχθηκαν κατά τη διάρκεια του προγράμματος MIG-DHL:

- 1.) Τι είναι ο ψηφιακός αλφαριθμητισμός για την υγεία και ποια η σημασία του
- 2.) Κύρια προβλήματα υγείας κατά την άφιξη σε μία νέα χώρα
- 3.) Υπηρεσίες Υγειονομικής Περίθαλψης
- 4.) Γίνομαι ψηφιακά εγγράμματος
- 5.) Πλοήγηση στο Εθνικό Σύστημα Υγείας μέσω του Διαδικτύου
- 6.) Δραστηριότητα στο ψηφιακό περιβάλλον υγείας

Το εγχειρίδιο απευθύνεται ειδικά σε εκπαιδευτές και επαγγελματίες υποστήριξης (κοινωνικούς λειτουργούς, επαγγελματίες στο τομέα της υγείας κ.λ.π). Το εγχειρίδιο αποσκοπεί στη παροχή βαθύτερης κατανόησης σχετικά με τα θέματα που συζητούνται στις εκπαιδευτικές συνεδρίες, ώστε το περιεχόμενο του εκπαιδευτικού υλικού να γίνει πιο σαφές για τον εκπαιδευτή. Το εγχειρίδιο βοηθάει επίσης τους εκπαιδευτές να είναι πιο προετοιμασμένοι για να απαντήσουν σε ερωτήσεις καθώς το περιεχόμενό του είναι πιο λεπτομερές από τις πληροφορίες του εκπαιδευτικού υλικού. Επομένως, αυτό το εγχειρίδιο παρέχει πιο λεπτομερείς γνώσεις και συνδέσμους με πρόσθετους πόρους που σχετίζονται με το περιεχόμενο -κυρίως για τους εκπαιδευτές, αλλά και για άλλα άτομα που θα ήθελαν να μάθουν περισσότερα για τα θέματα που καλύπτονται στην εκπαίδευση που παρέχει το συγκεκριμένο πρόγραμμα.

Η δομή του εγχειριδίου συμβαδίζει με τη δομή του εκπαιδευτικού προγράμματος. Κάθε ενότητα καλύπτεται σε ένα κεφάλαιο περίπου 6 έως 8 σελίδων.

Αυτό το συγκεκριμένο εγχειρίδιο περιέχει πληροφορίες σχετικά με την **Ενότητα 1, Τι είναι ο ψηφιακός αλφαριθμητισμός για την υγεία και ποια η σημασία του**. Επομένως, εδώ θα βρείτε τις απαραίτητες θεωρητικές πληροφορίες για την υποστήριξη του περιεχομένου και των δραστηριοτήτων του DPTA_1.



Η Ενότητα 1 έχει σαφώς εισαγωγικό χαρακτήρα και στοχεύει στην παρουσίαση των περιεχομένων του μαθήματος με πρακτικό τρόπο, έτσι ώστε οι εκπαιδευόμενοι να ελκύονται από τα περιεχόμενα του μαθήματος. Ως εκ τούτου, τα περιεχόμενα αυτού του εγχειριδίου βασίζονται στην παροχή μιας σύντομης πληροφορίας σχετικά με το πρόγραμμα Erasmus+, την έννοια του ψηφιακού αλφαριθμητισμού για την υγεία και γιατί αυτό είναι σημαντικό για τους μετανάστες.



1. Τι είναι ο Ψηφιακός Αλφαριθμητισμός στην Υγεία και ποια η σημασία του

1.1 Το πρόγραμμα ERASMUS+.

Το Erasmus+ είναι το πρόγραμμα της ΕΕ στους τομείς της εκπαίδευσης, της εκμάθησης, της νεολαίας και του αθλητισμού για την περίοδο 2021-2027. Η εκπαίδευση, η εκμάθηση, η νεολαία και ο αθλητισμός είναι βασικοί τομείς που υποστηρίζουν τους πολίτες στην προσωπική και επαγγελματική τους ανάπτυξη. Η υψηλής ποιότητας εκπαίδευση και κατάρτιση χωρίς αποκλεισμούς, καθώς και η άτυπη και μη τυπική μάθηση, εξοπλίζουν τους νέους και τους συμμετέχοντες όλων των ηλικιών με τα προσόντα και τις δεξιότητες που απαιτούνται για την ουσιαστική συμμετοχή τους στη δημοκρατική κοινωνία, τη διαπολιτισμική κατανόηση και την επιτυχή μετάβαση στην αγορά εργασίας. Με βάση την επιτυχία του προγράμματος την περίοδο 2014-2020, το Erasmus+ ενισχύει τις προσπάθειές του με σκοπό να αυξήσει τις ευκαιρίες που προσφέρονται σε περισσότερους συμμετέχοντες και σε ευρύτερο φάσμα οργανισμών, εστιάζοντας στον ποιοτικό του αντίκτυπο και συμβάλλοντας σε πιο περιεκτικές και συνεκτικές, πιο πράσινες και ψηφιακά οργανωμένες κοινωνίες.

Όπως έδειξε η πανδημία του COVID-19, η πρόσβαση στην εκπαίδευση αποδεικνύεται, περισσότερο από ποτέ, απαραίτητη για τη διασφάλιση της ταχείας ανάκαμψης, προάγοντας παράλληλα ίσες ευκαιρίες για όλους. Ως μέρος αυτής της διαδικασίας ανάκαμψης, το πρόγραμμα Erasmus+ μεταφέρει την περιεκτική του διάσταση σε έναν νέο ορίζοντα, υποστηρίζοντας ευκαιρίες για προσωπική, κοινωνικο-εκπαιδευτική και επαγγελματική ανάπτυξη των ανθρώπων τόσο στην Ευρώπη όσο και έξω από αυτήν, με στόχο να μην αφήσει κανέναν πίσω. Για να αυξήσει το ποιοτικό αντίκτυπο των δράσεών του και να εξασφαλίσει ίσες ευκαιρίες, το Πρόγραμμα θα απευθύνεται περισσότερο και με καλύτερο τρόπο σε άτομα διαφορετικών ηλικιών και διαφορετικών πολιτιστικών, κοινωνικών και οικονομικών ομάδων. Στο επίκεντρο του Προγράμματος είναι η προσέγγιση ατόμων με λιγότερες ευκαιρίες, συμπεριλαμβανομένων των ατόμων με αναπηρία και των μεταναστών, καθώς και των πολιτών της Ευρωπαϊκής Ένωσης που ζουν σε απομακρυσμένες περιοχές ή αντιμετωπίζουν κοινωνικοοικονομικές δυσκολίες. Με αυτόν τον τρόπο, το Πρόγραμμα θα ενθαρρύνει επίσης τους συμμετέχοντες του, ιδίως τους νέους να συμμετέχουν και να μάθουν να συμμετέχουν στην κοινωνία των πολιτών, αυξάνοντας την ευαισθητοποίηση



σχετικά με τις κοινές αξίες της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Το Πρόγραμμα θα συνεχίσει να ενδυναμώνει τους νέους και να ενθαρρύνει τη συμμετοχή τους στη δημοκρατική ζωή, ιδίως μέσω δραστηριοτήτων υποστήριξης που συνδέονται με το Ευρωπαϊκό Έτος Νεολαίας 2022, το οποίο ανακοινώθηκε στην ομιλία για την κατάσταση της Ένωσης τον Σεπτέμβριο του 2021. Επιπλέον, η ανάπτυξη ψηφιακών δεξιοτήτων και ικανοτήτων σε τομείς που εστιάζουν στο μέλλον, όπως η καταπολέμηση της κλιματικής αλλαγής, η καθαρή ενέργεια, η τεχνητή νοημοσύνη, η ρομποτική, η ανάλυση μεγάλων δεδομένων κ.λπ. είναι απαραίτητες για τη μελλοντική βιώσιμη ανάπτυξη και συνοχή της Ευρώπης. Το πρόγραμμα μπορεί να συμβάλλει ουσιαστικά με την τόνωση της καινοτομίας και τη γεφύρωση του χάσματος γνώσεων, δεξιοτήτων και ικανοτήτων στην Ευρώπη. Οι επιχειρήσεις της ΕΕ πρέπει να γίνουν πιο ανταγωνιστικές μέσω ταλέντων και καινοτομίας. Αυτή η επένδυση σε γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες θα ωφελήσει άτομα, ιδρύματα, οργανισμούς και την κοινωνία στο σύνολό της, συμβάλλοντας στη βιώσιμη ανάπτυξη και διασφαλίζοντας ισότητα, ευημερία και κοινωνική ένταξη στην Ευρώπη και πέρα από αυτήν.

Στο πλαίσιο του προγράμματος ERASMUS+, η **Βασική Δράση 2: Συνεργασία μεταξύ οργανισμών και ιδρυμάτων** αναμένεται να έχει ως αποτέλεσμα την ανάπτυξη, μεταφορά και/ή εφαρμογή καινοτόμων πρακτικών σε οργανωτικό, τοπικό, περιφερειακό, εθνικό ή ευρωπαϊκό επίπεδο. Τα έργα που χρηματοδοτούνται στο πλαίσιο αυτής της Βασικής Δράσης είναι επίσης πιθανό να έχουν θετικό αντίκτυπο στα άτομα που εμπλέκονται άμεσα ή έμμεσα στις δραστηριότητες, όπως αυξημένο επίπεδο ψηφιακής ικανότητας. Έτσι, ο αντίκτυπος αυτής της Βασικής Δράσης αναμένεται να είναι, μεταξύ άλλων, η βελτιωμένη παροχή και αξιολόγηση βασικών και εγκάρσιων δεξιοτήτων, ιδίως: επιχειρηματικότητα, κοινωνικές, διαπολιτισμικές και γλωσσικές ικανότητες, κριτική σκέψη, ψηφιακές δεξιότητες και παιδεία στα μέσα.

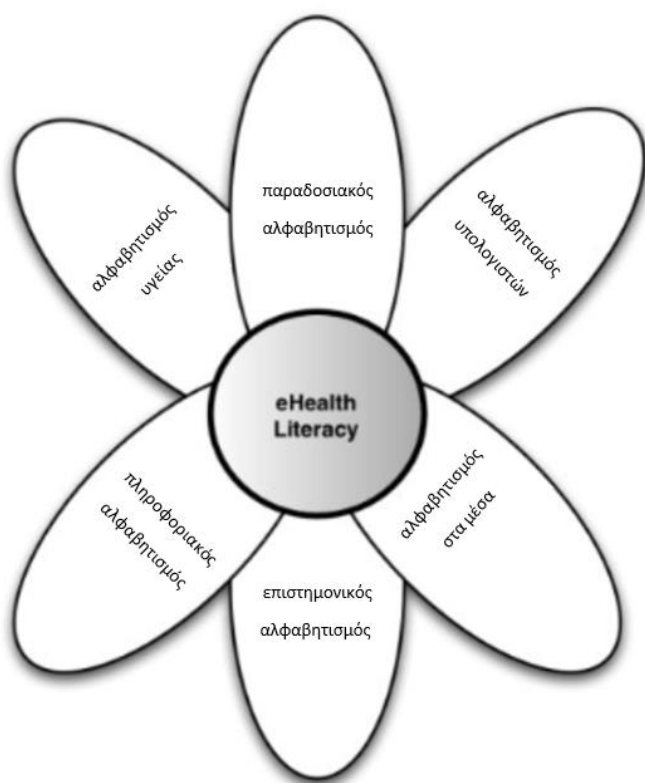
1.2 Έννοια Ψηφιακού Αλφαριθμητισμού Υγείας

Ο κύριος ορισμός του Ψηφιακού Αλφαριθμητισμού Υγείας, ο οποίος χρησιμοποιείται ακόμη και από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ, 2017), είναι αυτός που αναπτύχθηκε από τους Norman και Skinner. Σε σχέση με αυτόν τον ορισμό, ο Ψηφιακός Αλφαριθμητισμός Υγείας ορίζεται ως «[...] η ικανότητα αναζήτησης, εύρεσης, κατανόησης και αξιολόγησης πληροφοριών υγείας από ηλεκτρονικές πηγές και η εφαρμογή της γνώσης που αποκτήθηκε



για την αντιμετώπιση ή την επίλυση ενός προβλήματος υγείας» (Norman and Skinner , 2006)

Αυτός ο ορισμός δίνει μια πρώτη ιδέα για την έννοια του Ψηφιακού Αλφαριθμητισμού Υγείας. Για να κατανοήσετε καλύτερα την έννοια του Ψηφιακού Αλφαριθμητισμού Υγείας, αξίζει να ρίξετε μια ματιά στις διάφορες ικανότητες που περιλαμβάνονται στην έννοια του Ψηφιακού Αλφαριθμητισμού Υγείας. Υπάρχουν έξι διαφορετικές έννοιες αλφαριθμητισμού που συνδυάζονται με τον όρο Ψηφιακός Αλφαριθμητισμός Υγείας (eHealth Literacy): 1) παραδοσιακός αλφαριθμητισμός, 2) αλφαριθμητισμός υγείας, 3) πληροφοριακός αλφαριθμητισμός, 4) επιστημονικός αλφαριθμητισμός, 5) αλφαριθμητισμός στα μέσα και 6) αλφαριθμητισμός υπολογιστών (Norman and Skinner, 2006).



Εικόνα 1: eHealth lily model (Norman and Skinner, 2006)

Στο έργο MIG-DHL έχουμε βασιστεί σε αυτόν τον ορισμό και, πάνω απ 'όλα, στις διαστάσεις του Ψηφιακού Αλφαριθμητισμού Υγείας που προτείνονται από τους van der Vaart & Drossaert (van der Vaart & Drossaert, 2017). Στο άρθρο τους, Ανάπτυξη του Ψηφιακού Αλφαριθμητισμού



Υγείας: Μέτρηση ευρέος φάσματος Δεξιοτήτων Υγείας 1.0 και Υγείας 2.0, αναπτύσσουν 7 διαφορετικές διαστάσεις Ψηφιακού Αλφαριθμητισμού Υγείας, ως εξής:

(1) Λειτουργικές δεξιότητες : χρήση του υπολογιστή και του προγράμματος περιήγησης στο Διαδίκτυο. Χρησιμοποιήστε το πληκτρολόγιο ενός υπολογιστή (π.χ. για να πληκτρολογήσετε λέξεις). Χρησιμοποιήστε το ποντίκι (π.χ. για να βάλετε τον δείκτη στο δεξί πεδίο ή να κάνετε κλικ). Χρησιμοποιήστε τα κουμπιά ή τους συνδέσμους και τους υπερσυνδέσμους σε ιστότοπους.

(2) Δεξιότητες πλοήγησης: για πλοήγηση και προσανατολισμό στον Ιστό, π.χ. για να μην χάσετε το σημείο που βρίσκεστε σε έναν ιστότοπο ή στο Διαδίκτυο, π.χ., να ξέρετε πώς να επιστρέψετε σε μια προηγούμενη σελίδα, π.χ. να κάνετε κλικ σε κάτι και να δείτε αυτό που περιμένατε, όχι κάτι διαφορετικό.

(3) Δεξιότητες αναζήτησης πληροφοριών : χρήση ορθών στρατηγικών αναζήτησης, να χρησιμοποιήσετε τις κατάλληλες λέξεις ή ερώτημα αναζήτησης για να βρείτε τις πληροφορίες που αναζητάτε, να κάνετε μια επιλογή από όλες τις πληροφορίες που βρίσκετε, για να βρείτε τις ακριβείς πληροφορίες που αναζητάτε.

(4) Αξιολόγηση της αξιοπιστίας των διαδικτυακών πληροφοριών : να αποφασίζετε εάν οι πληροφορίες είναι αξιόπιστες ή όχι, να αποφασίζετε εάν οι πληροφορίες έχουν γραφτεί για εμπορικά συμφέροντα (π.χ. από άτομα που προσπαθούν να πουλήσουν ένα προϊόν), να ελέγχετε διαφορετικούς ιστότοπους για να δείτε εάν παρέχουν τις ίδιες πληροφορίες.

(5) Προσδιορισμός της συνάφειας των διαδικτυακών πληροφοριών: για να αποφασίσετε εάν οι πληροφορίες που βρήκατε ισχύουν για εσάς, να εφαρμόσετε τις πληροφορίες που βρήκατε στην καθημερινή σας ζωή, για να χρησιμοποιήσετε τις πληροφορίες που βρήκατε για να λάβετε αποφάσεις σχετικά με την υγεία σας (π.χ. για τη διατροφή, τη φαρμακευτική αγωγή ή για να αποφασίσετε εάν θα ζητήσετε τη γνώμη ενός γιατρού)

(6) Προσθήκη περιεχομένου που δημιουργείται ο/η ίδιος/α σε εφαρμογές που βασίζονται στον Ιστό : να διατυπώσετε με σαφήνεια την ερώτησή σας ή την ανησυχία που σχετίζεται με την υγεία σας, να εκφράσετε γραπτώς τη γνώμη, τις σκέψεις ή τα



συναισθήματά σας, να γράψετε το μήνυμά σας ως τέτοιο, για να καταλάβουν οι άνθρωποι τι ακριβώς εννοείτε.

(7) Προστασία και σεβασμός του απορρήτου κατά τη χρήση του Διαδικτύου : π.χ. δυσκολεύεστε να κρίνετε ποιος μπορεί να διαβάσει ένα μήνυμα που δημοσιεύσατε σε δημόσιο φόρουμ ή μέσα κοινωνικής δικτύωσης, π.χ. να κοινοποιήσετε (εκούσια ή ακούσια) τις δικές σας προσωπικές πληροφορίες (π.χ. όνομα ή διεύθυνση), να μοιράζονται (εκούσια ή ακούσια) τα προσωπικά στοιχεία κάποιου άλλου.

1.3 Η σημασία του Ψηφιακού Αλφαριθμητισμού Υγείας για τους μετανάστες

Η ψηφιακή ένταξη ορίζεται από τρία βασικά εργαλεία: έναν υπολογιστή, την πρόσβαση στο διαδίκτυο και τη γνώση χρήσης αυτών των δύο μέσων. Δεν αρκεί να υπάρχει υπολογιστής και πρόσβαση στο διαδίκτυο για να ενσωματωθεί ένα άτομο ψηφιακά, αλλά είναι επίσης απαραίτητο να γνωρίζει το άτομο πώς να χρησιμοποιεί αυτά τα δύο εργαλεία. Για το λόγο αυτό, οι άνθρωποι μπορεί να επηρεαστούν γιατί εάν αγνοούν τις τηλεματικές διαδικασίες και τον τρόπο λειτουργίας των νέων τεχνολογιών, αυτό μπορεί να περιορίσει την ανάπτυξη του πλήρους δυναμικού τους και επομένως να δυσχεράνει την ένταξή τους στην κοινωνία. Είναι σε αυτό το σημείο που οι άνθρωποι βιώνουν διαδικασίες αποκλεισμού και εξάρτησης από εκείνους που έχουν όλες τις γνώσεις εργαλείων υπολογιστών και μπορούν να συμβουλευτούν και να ζητήσουν κάποιο είδος υπηρεσίας, ειδικά εκείνες που μπορούν να ζητηθούν μόνο μέσω διαδικτύου. Και αυτή η εξάρτηση μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα οι άνθρωποι να πληρώνουν για βοήθεια ώστε να είναι σε θέση να πραγματοποιούν τηλεματικές διαδικασίες όταν αυτές οι διαδικασίες δεν θα πρέπει να επιβαρύνουν το άτομο με κανένα κόστος (Parra and Vásquez, 2020).

Αυτό μπορεί να φανεί στην περίπτωση των μεταναστών, καθώς είναι ένα ακόμη εμπόδιο για την πλήρη ένταξή τους. Ειδικότερα, επηρεάζει ομάδες με κοινωνικοοικονομική και πολιτιστική κατάσταση στην οποία η γλώσσα του γηγενούς πληθυσμού είναι άγνωστη, καθώς δεν μπορούν να έχουν πρόσβαση σε αυτές τις διαδικασίες λόγω έλλειψης εργαλείων ή γνώσης του τρόπου λειτουργίας τους . Για το λόγο αυτό, πολλοί μετανάστες απευθύνονται σε ενώσεις μεταναστών που επιδιώκουν να μετριάσουν αυτή την έλλειψη γνώσης για την τεχνολογία και να διευκολύνουν τις τηλεματικές διαδικασίες που είναι απαραίτητες για την κατάστασή τους, αλλά διαπιστώνουν ότι το επίπεδο των τεχνολογιών



πληροφοριών και επικοινωνίας που χρησιμοποιούνται από τις ενώσεις μεταναστών είναι μάλλον χαμηλό, με μόνο 46% όλων των ενώσεων να έχουν κάποιο είδος παρουσίας στο διαδίκτυο (Parra and Vásquez, 2020).

Έτσι, η σημασία αυτής της μορφής αλφαριθμητισμού καταδεικνύεται σε πρόσφατες μελέτες, δείχνοντας ότι οι αυτοαντιλαμβανόμενες δεξιότητες των ανθρώπων για χρήση διαδικτυακών πληροφοριών επηρεάζουν πραγματικά την υγεία τους και την ποιότητα της υγειονομικής περίθαλψής τους και ότι η έλλειψη τέτοιων δεξιοτήτων μπορεί να οδηγήσει σε δυσμενή αποτελέσματα. Οι Hsu et al. (Hsu et. al., 2014) διαπίστωσαν ότι οι δεξιότητες Ψηφιακού Αλφαριθμητισμού Υγείας συνδέονται με διάφορους τύπους συμπεριφοράς υγείας, συμπεριλαμβανομένης της υγιεινής διατροφής, της άσκησης και της συμπεριφοράς στον ύπνο. Οι Neter και Brainin (Neter & Brainin, 2012) βρήκαν σχέσεις μεταξύ του Ψηφιακού Αλφαριθμητισμού Υγείας και της παρουσίας χρόνιας νόσου, των αντιληπτών δεξιοτήτων αυτοδιαχείρισης και της καλύτερης αυτο-αντίληψης της κατάστασης υγείας, των συμπτωμάτων και των προαιρετικών θεραπειών.

Αποποίηση ευθύνης: Οι αναφορές και οι πηγές πληροφοριών που χρησιμοποιούνται στην σύνταξη του υλικού προέρχονται, γενικά, από τον ΠΟΥ, την Ευρωπαϊκή Επιτροπή και εξειδικευμένες πηγές και πόρους σε κάθε μία από τις χώρες που ανήκουν στην κοινοπραξία. Για περισσότερες πληροφορίες, ανατρέξτε στην Ενότητα 5.



Βιβλιογραφία

European Commission (2022). ERASMUS + Programme Guide. Version 2.

Hsu W, Chiang C, Yang S. The effect of individual factors on health behaviors among college students: the mediating effects of eHealth literacy. *J Med Internet Res* 2014;16(12):e287 [FREE Full text] [doi: 10.2196/jmir.3542] [Medline:25499086]

Neter E, Brainin E. eHealth literacy: extending the digital divide to the realm of health information. *J Med Internet Res* 2012 Jan;14(1):e19 [FREE Full text] [doi: 10.2196/jmir.1619] [Medline: 22357448]

Norman, C.; Skinner, H. (2006). eHealth Literacy: Essential Skills for Consumer Health in a Networked World. *J Med Internet Res* 8(2):e9. DOI: 10.2196/jmir.8.2.e9

Parra, J. C. T., and Vásquez, J. E. T. (2020). Use of social networks and the digital divide in the immigrant associative fabric in Spain. *TERRA: Revista de Desarrollo Local*, (7), 263- 284.

van der Vaart, Rosalie & Drossaert, Constance. (2017). Development of the Digital Health Literacy Instrument: Measuring a Broad Spectrum of Health 1.0 and Health 2.0 Skills. *Journal of Medical Internet Research*. 19. e27. 10.2196/jmir.6709.

World Health Organization [WHO]. 2017. *Digital Health Literacy*. https://www.who.int/global-coordination-mechanism/working-groups/digital_hl.pdf