



# MIG-DHL

Migrants Digital Health Literacy

MIG-DHL — Ψηφιακός αλφαριθμητισμός υγείας των μεταναστών

**Ι03: ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ**

**ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ**

## ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΥ ΠΡΟΙΟΝΤΟΣ	1
ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΤΩΝ ΠΡΑΚΤΙΚΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ	5
ΣΧΕΔΙΑΣΜΕΝΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ 1 ΤΙ ΕΙΝΑΙ Ο ΨΗΦΙΑΚΟΣ ΑΛΦΑΒΗΤΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΠΟΙΑ Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΟΥ	1



### ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

Αυτές οι Πρακτικές Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες ανήκουν στο έργο ERASMUS+ «MIG-DHL: Ανάπτυξη εκπαιδευτικού προγράμματος για τη βελτίωση του Ψηφιακού Αλφαριθμητισμού της Υγείας των Μεταναστών (αριθ. αναφ. 2020-1-ΔΕ02-ΚΑ204-007679) και εντάσσεται στο πλαίσιο του Πνευματικού Προϊόντος 3 «Πρακτικές Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες», που συντονίζεται από το Ινστιτούτο Ερευνών Polibienestar -UVEG-. Το παρόν έγγραφο θα χρησιμεύσει ως οδηγός για την ανάπτυξη εκπαιδευτικών σεμιναρίων για τους μετανάστες. Στο παρόν έγγραφο παρουσιάζονται τα περιεχόμενα και η μεθοδολογία για τους τελικούς χρήστες με βάση τις προηγούμενες συνεδρίες συνδημιουργίας που πραγματοποιήθηκαν κατά τη διάρκεια του έργου. Για το σκοπό αυτό, ο κύριος στόχος αυτών των Πρακτικών Εκπαιδευτικών Δραστηριοτήτων είναι να παρουσιάσει το περιεχόμενο, τις μεθοδολογίες και τα εργαλεία που απαιτούνται για τη δημιουργία και τη βελτίωση των κρίσιμων ικανοτήτων των μεταναστών, προκειμένου να ενισχυθεί ο ψηφιακός αλφαριθμητισμός τους για την υγεία.

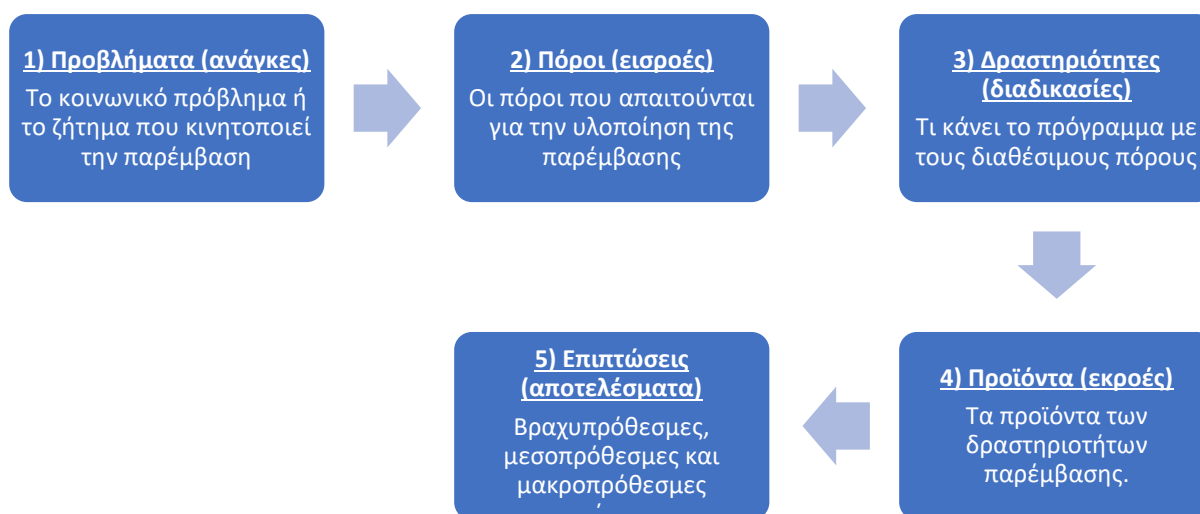
Για να διασφαλιστεί ότι οι πόροι και το περιεχόμενο της Εκπαίδευσης θα είναι σε θέση να βελτιώσουν τον ψηφιακό αλφαριθμητισμό της υγείας των εκπαιδευομένων, η ανάπτυξη του Πνευματικού Προϊόντος 3 ακολουθεί τα αποτελέσματα που παράγονται από το Πνευματικό Προϊόν 1: Συν-δημιουργία Μεθοδολογικού Οδηγού για την Αύξηση των Ικανοτήτων των Μεταναστών για τη Βελτίωση του Ψηφιακού τους Αλφαριθμητισμού για την Υγεία. Από την άποψη αυτή, η μελέτη της σύγχρονης τεχνολογίας και οι συνεδρίες συνδημιουργίας που αναπτύχθηκαν στις διάφορες χώρες των εταίρων που ανήκουν στην εν λόγω κοινοπραξία επιτρέπουν την ανάπτυξη και χρήση της θεωρίας της αλλαγής για την κατασκευή μιας εκπαιδευτικής κατάρτισης σύμφωνης με τους γενικούς στόχους του έργου:

Οι δημόσιες παρεμβάσεις, όπως αυτή που προτείνεται από το έργο MIG-DHL, συνδέονται με μια θεωρία, περισσότερο ή λιγότερο ρητή, του τρόπου με τον οποίο υποτίθεται ότι πρέπει να επέλθουν αλλαγές που θα μετριάσουν το πρόβλημα ή θα βελτιώσουν την κατάσταση που οδηγεί στην παρέμβαση. Η **θεωρία της αλλαγής** (επίσης γνωστή ως θεωρία παρέμβασης ή θεωρία προγράμματος) είναι η αλυσίδα των υποθέσεων σχετικά με το πώς οι πόροι που διατίθενται στην παρέμβαση αναμένεται να επιτρέψουν την ανάπτυξη δραστηριοτήτων των οποίων καρπός θα είναι ορισμένα προϊόντα, τα οποία με τη σειρά τους, θα παράγουν βραχυπρόθεσμα, μεσοπρόθεσμα και μακροπρόθεσμα οφέλη για την κοινωνία στο σύνολό της ή για τον πληθυσμό-στόχο της πολιτικής ή του προγράμματος (επιπτώσεις ή αποτελέσματα). Με άλλα λόγια, η θεωρία της αλλαγής είναι η



αιτιώδης υπόθεση που εξηγεί πώς μια πολιτική ή πρόγραμμα, εφαρμόζοντας ορισμένους πόρους και αναπτύσσοντας μια σειρά δραστηριοτήτων, επιτυγχάνει ορισμένα αποτελέσματα.

Η θεωρία της αλλαγής αποτελείται από τα στοιχεία που παρουσιάζονται στο ακόλουθο σχήμα:



Η εκπαίδευση που σχεδιάστηκε στο πλαίσιο του MIG-DHL στοχεύει στη βελτίωση του ψηφιακού αλφαριθμητισμού για την υγεία μεταξύ των μεταναστών, καθώς και στην παροχή στο περιβάλλον των μεταναστών και επαγγελματιών υγείας των εργαλείων για να ηγηθούν σε αυτόν τον τομέα και να είναι σε θέση να μεταδώσουν τις γνώσεις τους σε νεοαφιχθέντες και μετανάστες σε καταστάσεις μεγαλύτερης ευπάθειας. Για να επιτευχθεί αυτό, είναι απαραίτητο οι πόροι και ο σχεδιασμός των δραστηριοτήτων που διεξάγονται για την επίτευξη των στόχων αυτών να είναι κατάλληλα και να έχουν συνοχή. Ως εκ τούτου, οι δραστηριότητες θα πρέπει να αποσκοπούν στη βελτίωση όλων των διαστάσεων της έννοιας του ψηφιακού αλφαριθμητισμού στην υγεία: Λειτουργικές δεξιότητες· Δεξιότητες πλοήγησης· Αναζήτηση πληροφοριών· Αξιολόγηση της αξιοπιστίας· Προσδιορισμός της συνάφειας· Προσθήκη περιεχομένου· προστασία της ιδιωτικής ζωής, συμπεριλαμβανομένης της βέλτιστης και προσανατολισμένης εκμετάλλευσης του αναπτυγμένου εκπαιδευτικού υλικού σε πραγματικό περιβάλλον. Έτσι, η θεωρία της αλλαγής πίσω από την παρέμβαση που προτείνεται από το σχέδιο MIG-DHL παρουσιάζεται ως εξής στον παρακάτω πίνακα:



	ΕΙΣΡΟΕΣ	ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΞΟΔΟΙ	ΒΡΑΧΥΠΡΟΘΕΣΜΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ	ΜΑΚΡΟΠΡΟΘΕΣΜΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ
Ορισμός	Τι χρειάζεται για την εκτέλεση των προγραμματισμένων δραστηριοτήτων	Τι γίνεται με τους πόρους για την επίτευξη των στόχων της παρέμβασης	Ποιες δραστηριότητες αναμένεται να παράγουν άμεσα	Τα οφέλη ή οι αλλαγές που αναμένεται να ανιχνευθούν ως αποτέλεσμα των προϊόντων	Οι θεμελιώδεις αλλαγές που αναμένεται να επιτευχθούν μετά από αρκετά χρόνια
Περιγραφή	Αίθουσες και χώροι όπου μπορούν να πραγματοποιηθούν δραστηριότητες. Ηλεκτρονικές συσκευές + ηλεκτρονική πλατφόρμα για τους εκπαιδευόμενους για να παρακολουθήσουν την τάξη. Ανθρώπινοι πόροι (εκπαιδευτές), καθοδήγηση για τους ασκούμενους, υποστηρικτικό υλικό για τα μαθήματα.	Διδάγματα για τους ευάλωτους μετανάστες που επικεντρώνονται πρώτα στην ανάπτυξη βασικών δεξιοτήτων αλφαριθμητισμού στον τομέα της υγείας, καθώς και οριζόντιων και στοχευμένων μαθημάτων που εστιάζουν στην ανάπτυξη καθεμίας από τις έξι δεξιότητες ψηφιακού αλφαριθμητισμού στον τομέα της υγείας.	Εκπαιδευμένοι συμμετέχοντες	Ανάπτυξη δεξιοτήτων αλφαριθμητισμού σε θέματα υγείας και ψηφιακής παιδείας στον τομέα της υγείας	Αύξηση των ικανοτήτων ορθής διαχείρισης της υγείας του ατόμου και χρήσης των ψηφιακών συσκευών ανεξάρτητα και με ασφάλεια, ως ένα από τα βασικά στοιχεία της ένταξης και της κοινωνικής ένταξης των νεοαφιχθέντων μεταναστών.
Βασική Υπόθεση	...	Η διαθεσιμότητα υλικών και ανθρώπινων πόρων	Η συμμετοχή των ασκούμενων στις περιγραφόμενες	Η συμμετοχή των ασκούμενων στις περιγραφόμενες	Η χρήση ηλεκτρονικών συσκευών για τη διαχείριση της αυτο-υγείας



		καθιστά δυνατή την ανάπτυξη των δραστηριοτήτων για τις ομάδες-στόχους.	ενες δραστηριότητες επιτρέπει την απόκτηση ασκουμένων που έχουν διαμορφωθεί με δεξιότητες ψηφιακού αλφαριθμητισμού στον τομέα της υγείας.	ενες δραστηριότητες τους επιτρέπει να αναπτύξουν τις κύριες δεξιότητες ψηφιακού αλφαριθμητισμού στον τομέα της υγείας.	αναμένεται να αυξηθεί στο μέλλον, καθιστώντας αυτό βασικό παράγοντα για την ένταξη και την κοινωνική ευημερία των νεοαφιχθέντων μεταναστών.
<b>Δείκτες</b>	Αριθμός αιθουσών, στοιχείων δωματίου, αριθμός ηλεκτρονικών συσκευών, αριθμός εκπαιδευτών, αριθμός εκπαιδευτικών υλικών και οδηγών που χρησιμοποιήθηκαν.		Αριθμός εκπαιδευμένων συμμετεχόντων	Έρευνα DHL	Έρευνα IPL-12



## ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΤΩΝ ΠΡΑΚΤΙΚΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ

Οι πρακτικές εκπαιδευτικές δραστηριότητες είναι ένα σύνολο ενσωματωμένων υποδειγμάτων που θα χρησιμοποιηθούν από τους Εκπαιδευτές στην υλοποίηση των Εκπαιδευτικών Δραστηριοτήτων, συμπεριλαμβανομένης, μεταξύ άλλων, μιας λεπτομερούς επεξήγησης της μεθοδολογίας που θα εφαρμοστεί, του αριθμού των συνιστώμενων εκπαιδευόμενων, της διάρκειας, των απαιτούμενων πόρων, των συστάσεων για τη διαχείριση των συνεδριών, της εξειδίκευσης των σεναρίων όπου υλοποιείται η πραγματική εμπειρία του περιβάλλοντος και των εργαλείων για την υποστήριξή τους. Οι πρακτικές εκπαιδευτικές δραστηριότητες που περιλαμβάνονται στα έγγραφα πρέπει να νοούνται ως μια τυποποιημένη προσέγγιση που πρέπει να τροποποιείται και να προσαρμόζεται από τους εκπαιδευτές για κάθε συγκεκριμένη ομάδα-στόχο, όσον αφορά τη διάρκεια, την ιεράρχηση και την ακολουθία των περιεχομένων ή την υποστήριξη της πλατφόρμας ηλεκτρονικής κατάρτισης. Οι Πρακτικές Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες (ΠΕΔ) που έχουν αναπτυχθεί είναι οι ακόλουθες:

- **ΠΕΔ 1:** Τι είναι ο ψηφιακός αλφαριθμητισμός για την υγεία και ποια η σημασία του;
- **ΠΕΔ 2** Κύρια προβλήματα υγείας κατά την άφιξη σε μια νέα χώρα
- **ΠΕΔ 3:** Υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης
- **ΠΕΔ 4:** Γίνομαι ψηφιακά εγγράματος
- **ΠΕΔ 5:** Πλοήγηση στο Εθνικό Σύστημα Υγείας μέσω του Διαδικτύου
- **ΠΕΔ 6:** Δραστηριότητα στο ψηφιακό περιβάλλον υγείας

Η τρέχουσα δομή των ΠΕΔ που παρουσιάζονται βασίζεται στο ακόλουθο **σκεπτικό**: Μέσω της **ΠΕΔ\_1**, οι εκπαιδευόμενοι αναμένεται να γνωρίζουν το σκοπό του μαθήματος και την έννοια γύρω από την οποία θα περιστρέφεται το μάθημα: Ψηφιακός αλφαριθμητισμός υγείας. Αναμένεται ότι αυτή η ΠΕΔ θα βοηθήσει τους εκπαιδευόμενους να συνειδητοποιήσουν ότι πρόκειται για μια ενδιαφέρουσα και απαραίτητη πορεία για αυτούς. Η **ΠΕΔ\_2** επικεντρώνεται στις πολιτισμικές διαφορές μεταξύ των χωρών καταγωγής τους και των χωρών στις οποίες βρίσκονται. Η **ΠΕΔ\_3** επικεντρώνεται στην ανάπτυξη των γνώσεων για την υγεία των εκπαιδευόμενων σχετικά με τις υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης της χώρας υποδοχής ως βασική προϋπόθεση για την καλή ψηφιακή παιδεία στον τομέα της υγείας. Το γεγονός ότι οι δύο πρώτες ΠΕΔ δεν επικεντρώνονται ειδικά στην ανάπτυξη δεξιοτήτων ψηφιακού αλφαριθμητισμού στον τομέα της υγείας δεν εμποδίζει την τυχαία ανάπτυξή τους, ως κανονικού μηχανισμού για την επίλυση ορισμένων δραστηριοτήτων. Οι ακόλουθες ΠΕΔ επικεντρώνονται ειδικά στην ανάπτυξη ψηφιακών δεξιοτήτων στον τομέα της υγείας: Η **ΠΕΔ\_4** επικεντρώνεται στις βασικές δεξιότητες (Λειτουργικές δεξιότητες: Δεξιότητες



πλοήγησης· Αναζήτηση πληροφοριών· Αξιολόγηση της αξιοπιστίας) και η ΠΕΔ\_5 θα έχει ως στόχο να δοκιμάσει, με κατ' εξοχήν πρακτικό τρόπο, κατά πόσον οι συμμετέχοντες έχουν καταφέρει να επιτύχουν τις περισσότερες από τις δεξιότητες ψηφιακού αλφαριθμητισμού στον τομέα της υγείας (επιχειρησιακές δεξιότητες· Δεξιότητες πλοήγησης· Αναζήτηση πληροφοριών· Αξιολόγηση της αξιοπιστίας· Προσδιορισμός της συνάφειας). Η ΠΕΔ\_6 θα επικεντρωθεί στις τελευταίες δεξιότητες ψηφιακού αλφαριθμητισμού στον τομέα της υγείας (προσθήκη περιεχομένου και προστασία της ιδιωτικής ζωής) και θα ακολουθήσει μια τελική ολοκλήρωση του μαθήματος. Στόχος είναι οι συμμετέχοντες να κατανοήσουν τι σημαίνει να είσαι εγγράμματος στην ψηφιακή υγεία στον σημερινό κόσμο.

Ο εκπαιδευτής, ωστόσο, μπορεί να αποφασίσει να αλλάξει τη σειρά ορισμένων ΠΕΔ ή να εξαλείψει ή να μειώσει τη διάρκεια ορισμένων ΠΕΔ, με βάση τα χαρακτηριστικά/το προφίλ των ασκούμενων. Ορισμένοι ασκούμενοι μπορεί να μην χρειάζεται να αναπτύξουν τις πιο βασικές ψηφιακές δεξιότητες (πώς να ελέγχουν έναν υπολογιστή, πώς να διεξάγουν μια αναζήτηση στο διαδίκτυο), αλλά μπορεί να χρειάζονται ένα σε βάθος μάθημα σχετικά με τις υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης στις οποίες μπορούν να έχουν πρόσβαση (πιθανότατα στην περίπτωση μιας νεαρής ομάδας-στόχου). Αντιστρόφως, είναι δυνατόν να βρεθεί μια ομάδα-στόχος στην αντίθετη κατάσταση (με «προηγμένη» γνώση του εθνικού συστήματος υγείας αλλά που χρειάζεται να αναπτύξει τις πιο βασικές ψηφιακές δεξιότητες). Ως εκ τούτου, επαφίεται στη διακριτική ευχέρεια του εκπαιδευτή ανάλογα με τις διαφορετικές ανάγκες και τα προφίλ των συμμετεχόντων. Ως εκ τούτου, οι ΠΕΔ έχουν σχεδιαστεί για να είναι ευέλικτες.

Οι Πρακτικές Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες έχουν αναπτυχθεί με την ακόλουθη δομή:

- Πρόσωπο με πρόσωπο συνεδρίες, συμπεριλαμβανομένων θεωρητικών και, ιδιαίτερα, πρακτικών δραστηριοτήτων.
- Διαδικτυακή κατάρτιση, συμπεριλαμβανομένων εργασιών και άλλων πρακτικών δραστηριοτήτων που πρέπει να πραγματοποιούνται εκτός της αίθουσας διδασκαλίας για την υποστήριξη της μαθησιακής διαδικασίας.

Κάθε μία από τις ΠΕΔ αποτελείται, ως εκ τούτου, από πρόσωπο με πρόσωπο και διαδικτυακές (online) συνεδρίες. Όσον αφορά τις διαδικτυακές συνεδρίες, το γεγονός ότι ονομάζονται «online» δεν σημαίνει ότι όλες οι δραστηριότητες πρέπει να διεξάγονται μέσω διαδικτυακών μεθόδων ή μέσω του διαδικτύου. Στόχος αυτών των δραστηριοτήτων είναι οι εκπαιδευόμενοι να μπορούν να αντανακλούν, να ενισχύουν κ.λπ. με πρακτικό τρόπο σχετικά με το περιεχόμενο των συνεδριών πρόσωπο με πρόσωπο, καθώς και να μαθαίνουν νέα περιεχόμενα και δεξιότητες με δυναμικό





τρόπο. Από την άποψη αυτή, τα συνώνυμα των διαδικτυακών συνεδριών είναι εκτός τάξης συνεδρίες, συνεδρίες εκτός σύνδεσης, εξ αποστάσεως συνεδρίες, συγχρονισμένες ή ασύγχρονες συνεδρίες.

Οι Πρακτικές Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες έχουν αναπτυχθεί με την ακόλουθη τυπική διάρκεια:

- Συνεδρίες: 27 ώρες.
- Διαδικτυακή κατάρτιση: 9 ώρες.

Ο αριθμός των ωρών είναι ενδεικτικός. Ωστόσο, η κοινοπραξία MIGD-HL είναι της γνώμης, και έχει ευνοήσει τον σχεδιασμό των ΠΕΔ, λαμβάνοντας υπόψη τα αποτελέσματα του ΠΠ1, ότι ο συνολικός αριθμός ωρών της κατάρτισης δεν θα πρέπει σε καμία περίπτωση να υπερβαίνει τις 40 ώρες.

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



# MIG-DHL

Migrants Digital Health Literacy

## ΠΕΔ

### Ενότητα 1

Τι είναι ο ψηφιακός αλφαριθμητισμός υγείας και ποια η  
σημασία του

**Συγγραφείς:**

Carlos Serra, UVEG.



OXFAM  
Italia



VNIVERSITAT  
DE VALÈNCIA



PROLEPSIS  
INSTITUTE

cordina  
Strategy and Sustainable Results

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



Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή της παρούσας δημοσίευσης δεν αποτελεί 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.



Αυτές οι Πρακτικές Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες (ΠΕΔ) για την Ενότητα 1 αποτελούν μέρος του Προγράμματος MIG-DHL που περιέχει συνολικά 6 θεματικές ενότητες και έχει αναπτυχθεί στο πλαίσιο της Στρατηγικής Συνεργασίας Erasmus+ **MIG-DHL- Migrants Digital Health Literacy**.

### Τα περιεχόμενα του εκπαιδευτικού προγράμματος:

---

#### Πρόγραμμα MIG-DHL

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

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

Ενότητα 3: Υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης

Ενότητα 4: Γίνομαι ψηφιακά εγγράματος

Ενότητα 5: Πλοήγηση στο Εθνικό Σύστημα Υγείας μέσω του Διαδικτύου

Ενότητα 6: Δραστηριότητα στο ψηφιακό περιβάλλον υγείας

Μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες στην αρχική σελίδα: <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.



## ΣΧΕΔΙΑΣΜΕΝΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ 1 ΤΙ ΕΙΝΑΙ Ο ΨΗΦΙΑΚΟΣ ΑΛΦΑΒΗΤΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΠΟΙΑ Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΟΥ

### Στόχοι:

- Να εισαγάγει τα περιεχόμενα των εκπαιδευτικών μαθημάτων
- Να εισαγάγει τις βασικές έννοιες του ψηφιακού αλφαριθμητισμού υγείας

### Συμμετέχοντες & ρόλοι:

- Μετανάστες: Περίπου 10 (νεοαφιχθέντες) μετανάστες σε κάθε χώρα ως δικαιούχοι της κατάρτισης.
- Εκπρόσωποι μεταναστών (περίπου 1-2): οι εκπρόσωποι των μεταναστών μπορούν να συμμετέχουν ενεργά στις συνεδρίες που περιγράφονται, καθώς η έννοια του ψηφιακού αλφαριθμητισμού δεν είναι πολύ διαδεδομένη, μπορούν να επωφεληθούν από την ενεργό συμμετοχή τους στην εισαγωγική συνεδρία (ανεξάρτητα από το γεγονός ότι, σε ορισμένες περιπτώσεις, μπορούν να διαδραματίσουν το ρόλο των εκπαιδευτών).
- Επαγγελματίες υγείας (περίπου 1-2): Ο αναμενόμενος ρόλος των επαγγελματιών υγείας είναι να συμμετέχουν ενεργά στις συνεδρίες (προαιρετικά), με βάση την ίδια επιχειρηματολογία με τους εκπροσώπους των μεταναστών. Οι επαγγελματίες του τομέα της υγείας μπορεί επίσης να μην είναι εξοικειωμένοι με την έννοια του ψηφιακού αλφαριθμητισμού και τη σημασία της για τους μετανάστες. Ως εκ τούτου, είναι σκόπιμο να προσκληθούν οι επαγγελματίες του τομέα της υγείας να συμμετάσχουν στις διάφορες συνεδρίες αυτού του ΠΕΔ ως παρατηρητές και με πρόσβαση στο υλικό και την online πλατφόρμα σε περίπτωση που επιθυμούν να παρακολουθήσουν (ή ακόμη και να διεκπεραιώσουν) την online κατάρτιση.

### Ικανότητες:

- Γνώσεις σχετικά με τον ψηφιακό αλφαριθμητισμό υγείας (για μετανάστες, εκπροσώπους μεταναστών και επαγγελματίες υγείας)
- Απέκτησε γνώση σχετικά με τη σημασία του ψηφιακού αλφαριθμητισμού υγείας των μεταναστών (για τους μετανάστες, τους εκπροσώπους τους και τους επαγγελματίες υγείας)

### ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ:

- Εισαγωγή στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα:
  - Το πρόγραμμα Erasmus+



- Επισκόπηση του έργου
- Επισκόπηση, στόχοι και χρονοδιάγραμμα ολόκληρου του μαθήματος κατάρτισης
- Έννοια του ψηφιακού αλφαριθμητισμού υγείας
- Δεξιότητες ψηφιακού αλφαριθμητισμού υγείας: Επιχειρησιακές δεξιότητες· Δεξιότητες πλοήγησης· Αναζήτηση πληροφοριών· Αξιολόγηση της αξιοπιστίας· Προσδιορισμός της συνάφειας· Προσθήκη περιεχομένου· προστασία της ιδιωτικής ζωής.
- Ψηφιακός αλφαριθμητισμός υγείας: αυτογνωσία & οφέλη για τους μετανάστες
- Λεξιλόγιο ψηφιακού αλφαριθμητισμού υγείας

#### **Διάρκεια των συνεδριών: 5'30 ώρες.**

- Πρόσωπο με πρόσωπο συνεδρία: 4'30 ώρες (1 συνεδρία δύομισι ωρών, μία συνεδρία 2 ωρών)
- Online συνεδρία: Σε 1 ώρα.

#### **Εγκάρσια εκπαίδευση:**

- Κοινωνικές δεξιότητες
- Γλωσσικές δεξιότητες
- Ικανότητα ομαδικής εργασίας
- Δεξιότητες για να θέσει στην πράξη θεωρητικό περιεχόμενο.

#### **ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ:**

- Ενεργή και συμμετοχική εκπαίδευση
- Εκπαίδευση πρόσωπο με πρόσωπο:
  - Διάλογος
  - Παιχνίδι ρόλων
  - Ομαδική εργασία
- Διαδικτυακή (Online) εκπαίδευση:
  - Παρακολούθηση ορισμένων επιλεγμένων βίντεο
  - Πρακτική εφαρμογή -μέσω εργασιών- ορισμένων συμβουλών που συμφωνήθηκαν στην τάξη.
  - Συνεργατική εργασία

#### **Εκπαιδευτικό υλικό:**

- Συνεδρίες πρόσωπο με πρόσωπο:



- Παρουσιάσεις PowerPoint
- Έγγραφα Word ή PDF. Επεξήγηση των κύριων εννοιών που εμφανίζονται στην PPT
- Επιλεγμένα βίντεο
- Έρευνα
- Διαδικτυακές συνεδρίες:
  - Αναθέσεις στην πλατφόρμα κατάρτισης

## ΔΙΑ ΖΩΣΗΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑ 1.1: ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΓΡΑΜΜΕΣ, ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΚΑΙ ΕΡΓΑΛΕΙΑ (Ημέρα 1)

### Δράση 1.1.1 Έναρξη

Μόλις οι παρευρισκόμενοι φτάσουν στην τάξη, ο εκπαιδευτής θα παρουσιάσει τον εαυτό του/της. Είναι σημαντικό να επισημάνουμε ποιος θα είναι ο ρόλος του εκπαιδευτή κατά τη διάρκεια του μαθήματος. Ο εκπαιδευτής θα εκπαιδεύσει τους εκπαιδευόμενους να αποκτήσουν ψηφιακές δεξιότητες υγείας. Παρά το γεγονός ότι ο εκπαιδευτής μπορεί να απαντήσει σε ερωτήσεις σχετικά με προσωπικά και ειδικά προβλήματα των ασκούμενων στο πλαίσιο ορισμένων δραστηριοτήτων, ο εκπαιδευτής δεν θα πρέπει να αναλάβει το ρόλο του «γιατρού» που επιλύει όλα τα προσωπικά και συγκεκριμένα ζητήματα υγείας των εκπαιδευομένων. Οι ασκούμενοι θα πρέπει να ενθαρρύνονται να αντιμετωπίζουν, στο μέτρο του δυνατού, ερωτήματα σχετικά με τη δική τους διαχείριση της υγείας κατά τρόπο αυτόνομο και ανεξάρτητο.

Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτής θα εισαγάγει το πρόγραμμα Erasmus+ και θα δώσει μια επισκόπηση του σχεδίου: επισκόπηση, στόχοι και χρονοδιάγραμμα όλης της εκπαίδευσης. Ο εκπαιδευτής θα εισαγάγει την ΠΕΔ 1, συμπεριλαμβανομένων των στόχων, των δραστηριοτήτων και του σχεδιασμού. Αυτό (ιδίως η εισαγωγή του προγράμματος Erasmus+) θα γίνει με εύκολο τρόπο, με απλή και κατανοητή γλώσσα, με βάση το εκπαιδευτικό υλικό.

Στη συνέχεια, θα πραγματοποιηθεί μια δυναμική για τους ασκούμενους για να συστηθούν. Για την πραγματοποίηση της παρουσίασης, μπορούν να επιλεγούν διάφορες δυνατότητες:

- Σε περίπτωση που οι συμμετέχοντες γνωρίζουν ήδη ο ένας τον άλλον, μπορεί να ζητηθεί από τους συμμετέχοντες να κάνουν μια γενική παρουσίαση του εαυτού τους στην υπόλοιπη ομάδα: όνομα, από πού προέρχονται, γιατί ήρθαν σε αυτή τη χώρα, ποια κίνητρα και στόχοι έχουν σχετικά με αυτό το μάθημα, και προσωπικά χόμπι.
- Σε περίπτωση που οι εκπαιδευόμενοι δεν γνωρίζουν ο ένας τον άλλον, μπορούν να κάνουν μια παρουσίαση σε ζεύγη και, στη συνέχεια, μια ομαδική παρουσίαση.



Ο στόχος της παρουσίασης των συμμετεχόντων είναι διττός:

- 1) Να δημιουργήσει μια φιλική και ασφαλή ατμόσφαιρα.
  - 2) Να πάρετε μια πρώτη εικόνα για τις συνθήκες των εκπαιδευόμενων με τρόπο που μπορεί να είναι χρήσιμος για τον εκπαιδευτή για το υπόλοιπο του μαθήματος.
- **Διάρκεια:** 30 λεπτά
  - **Εργαλεία:** Ενότητα 1 - 1.1.1 Εισαγωγή (PPT)

### **Δράση 1.1.2 Δυναμική ομάδα: Έννοια του ψηφιακού αλφαριθμητισμού της υγείας**

Ο ψηφιακός αλφαριθμητισμός για την υγεία (DHL) είναι η ικανότητα να αναζητά, να βρίσκει, να κατανοεί και να αξιολογεί πληροφορίες για την υγεία από ηλεκτρονικές πηγές και να εφαρμόζει τις γνώσεις που αποκτήθηκαν για την αντιμετώπιση ή την επίλυση ενός προβλήματος υγείας (WHO Digital Health Literacy, 2017). Η ιδέα αυτή θα παρουσιαστεί με κατ' εξοχήν πρακτικό, ενεργό και συμμετοχικό τρόπο μέσα από τις διαφορετικές διαστάσεις της.

Από την άποψη αυτή, συνιστάται ο εκπαιδευτής να ξεκινήσει με έναν σύντομο ορισμό (με κατ' εξοχήν πρακτικό τρόπο, με παραδείγματα) για το τι είναι ο αλφαριθμητισμός στον τομέα της υγείας. Για τον σκοπό αυτό, θα αναπτυχθούν δύο δράσεις: Για τη Δράση 1.1.2, ο εκπαιδευτής θα καλέσει τους εκπαιδευόμενους να σκεφτούν τους τρόπους με τους οποίους διαχειρίζονται τη δική τους υγεία και αν χρησιμοποιούν ψηφιακά μέσα για να το πράξουν. Αυτό θα γίνει με την υποβολή μιας σειράς ερωτήσεων προκειμένου να αντιμετωπιστεί ποια είναι, κατά τη γνώμη των ίδιων των εκπαιδευομένων, η αφετηρία τους όσον αφορά τις διαφορετικές διαστάσεις του DHL.

Το συγκεκριμένο σύνολο ερωτήσεων αναπτύσσεται ως εκπαιδευτικό υλικό, αλλά παρουσιάζεται ένα παράδειγμα παρακάτω:

**Λειτουργικές δεξιότητες:** Πόσο εύκολο ή δύσκολο είναι για σας να: (1) Χρησιμοποιήσετε τον υπολογιστή σας και το πρόγραμμα περιήγησης ιστού; (2) να δείξει/διδασχθεί αυτό σε άλλους/να καθοδηγήσει κάποιον άλλο να το κάνει.

**Δεξιότητες περιήγησης:** Πόσο εύκολο ή δύσκολο είναι να βρείτε το αυτό που ψάχνεται μέσω διαδικτύου;

**Αναζήτηση πληροφοριών:** Πόσο εύκολο ή δύσκολο είναι να βρείτε πληροφορίες στο διαδίκτυο; (σχετικά με θέματα υγείας, συγκεκριμένες ασθένειες κ.λπ.) Θα λέγατε ότι ξέρετε πώς να αναζητήσετε πληροφορίες στο διαδίκτυο;





**Αξιολόγηση της αξιοπιστίας:** Όταν ψάχνετε για πληροφορίες υγείας στο διαδίκτυο, το βρίσκετε εύκολο ή δύσκολο να αποφασίσετε αν οι πληροφορίες είναι αξιόπιστες ή όχι;

**Προσδιορισμός της συνάφειας:** Όταν ψάχνετε για πληροφορίες υγείας στο διαδίκτυο, σας φαίνεται εύκολο ή δύσκολο να επιλέξετε ανάμεσα σε όλες τις πληροφορίες που βρίσκετε;

**Προσθήκη περιεχομένου:** Έχετε ποτέ δημοσιεύσει μια ιατρική ανασκόπηση; Δημοσίευσε ένα μήνυμα σε ένα φόρουμ υποστήριξης από ομοτίμους ή μια ιστοσελίδα κοινωνικής δικτύωσης;

**Προστασία της ιδιωτικής ζωής:** Έχετε ποτέ μοιράσει προσωπικές πληροφορίες υγείας (εσείς, ή άλλοι) με άλλους στο διαδίκτυο; Έχετε πρόσβαση στο δικό σας ηλεκτρονικό μητρώο υγείας;

Ο εκπαιδευτής θα πρέπει να δείξει ότι η συμμετοχή των εκπαιδευομένων είναι χρήσιμη, με εκφράσεις όπως «ευχαριστώ», ή «αυτό ήταν αρκετά χρήσιμο».

- **Διάρκεια:** 30 λεπτά
- **Εργαλεία:** Ενότητα 1 – 1.1.2 Δυναμική της ομάδας – Έννοια του ψηφιακού αλφαριθμητισμού στην υγεία (PPT)

**Διάλλειμα: 15 λεπτά.**

### **Δράση 1.1.3 Δυναμική ομάδας: πρακτικό παράδειγμα**

Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτής θα παρουσιάσει ένα πρακτικό παράδειγμα. Αυτό το πρακτικό παράδειγμα θα αποτελείται από ένα πρόβλημα (το οποίο ο εκπαιδευτής θα παρουσιάσει σε πρώτο πρόσωπο). Αν και το συγκεκριμένο παράδειγμα/πρόβλημα θα αναπτυχθεί στο εκπαιδευτικό υλικό, δίνεται ένα παράδειγμα: «Κατά τη διάρκεια των τελευταίων ημερών, είχα πυρετό/ξηρό βήχα. Θέλω να ξέρω αν έχω συμπτώματα COVID, αλλά δεν ξέρω πώς να το κάνω. Επιπλέον, δεν ξέρω τι πρέπει να κάνω σε περίπτωση που έχω συμπτώματα. Μπορείς να με βοηθήσεις να λύσω το πρόβλημά μου; Τι να κάνω; Τι πρέπει να χρησιμοποιήσω για να λύσω το πρόβλημά μου; Πώς θα πρέπει να αναζητήσω πληροφορίες στο διαδίκτυο; Ποια ιστοσελίδα πρέπει να επιλέξω για να πάρω πληροφορίες; Πώς μπορώ να μάθω για τα επόμενα βήματα;

- **Διάρκεια:** 30 λεπτά
- **Εργαλεία:** Ενότητα 1 – 1.1.3 Πρακτικό παράδειγμα (PPT)**Σφάλμα! Η αναφορά της υπερσύνδεσης δεν είναι έγκυρη.**

Κατά τη διάρκεια αυτής της ενότητας, ο εκπαιδευτής θα πρέπει να λάβει σημειώσεις και να παρουσιάσει τα συμπεράσματα της δραστηριότητας, η οποία θα πρέπει να καταλήξει, σε κάθε περίπτωση, με μια παρουσίαση της έννοιας του ψηφιακού αλφαριθμητισμού (σε όλες τις διαστάσεις



της). Κλείνοντας, ο εκπαιδευτής θα πρέπει να παρουσιάσει τις διαστάσεις του ψηφιακού αλφαριθμητισμού υγείας και να δώσει έναν περιεκτικό ορισμό του ψηφιακού αλφαριθμητισμού υγείας.

#### **Δράση 1.1.4 Έρευνα σχετικά με τις προηγούμενες γνώσεις**

Θα διανεμηθεί ερωτηματολόγιο στους συμμετέχοντες προκειμένου να συγκεντρωθούν πληροφορίες για τους συμμετέχοντες σχετικά με τις δεξιότητές τους στον ψηφιακό αλφαριθμητισμό στην υγεία και ορισμένα δεδομένα ένταξης/κοινωνικής ένταξης. Ακόμη και αν οι γνώσεις των εκπαιδευομένων σχετικά με την έννοια του αλφαριθμητισμού υγείας έχουν αυξηθεί ως αποτέλεσμα της συνεδρίας, είναι προτιμότερο να εισαχθεί το ερωτηματολόγιο στο τέλος της συνεδρίας, ώστε να μπορέσουν να δώσουν το πλαίσιο στα θέματα και να κατανοήσουν το λεξιλόγιο λίγο καλύτερα. Η διαχείριση αυτών των ερωτηματολογίων θα επαναληφθεί στο τέλος της κατάρτισης (μετά την τελευταία συνεδρία ΠΕΔ\_6), προκειμένου να παρατηρηθεί η εξέλιξη των εκπαιδευομένων.

- **Διάρκεια:** 45 λεπτά
- **Εργαλεία:**
  - Ενότητα 1 – 1.1.4 Έρευνα πάνω στις προηγούμενες γνώσεις σχετικές με τον ψηφιακό αλφαριθμητισμό υγείας –
  - Τυπωμένο Ερωτηματολόγιο

#### **Δράση 1.1.5 Λήξη – ανασκόπηση**

Ο εκπαιδευτής συνοψίζει το περιεχόμενο της συνεδρίας και προσπαθεί να αποσαφηνίσει πιθανές αμφιβολίες και ερωτήσεις. Ο εκπαιδευτής καλεί τους εκπαιδευόμενους για την επόμενη εκπαιδευτική συνεδρία πρόσωπο με πρόσωπο. Ο εκπαιδευτής εξηγεί τις δραστηριότητες που οι εκπαιδευόμενοι πρέπει να εκτελούν έξω από την τάξη.

- **Διάρκεια:** Σε 10 λεπτά.
- **Εργαλεία:** Ενότητα 1 – 1.1.5 Λήξη – ανασκόπηση (PPT)

### **ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ 1.1: ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΓΡΑΜΜΕΣ, ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΚΑΙ ΕΡΓΑΛΕΙΑ**

Κατά τη διάρκεια της εβδομάδας, οι εκπαιδευόμενοι θα αντικατοπτρίζουν και θα αναλύουν το περιεχόμενο της πρώτης διά ζώσης συνεδρίας και θα σημειώνουν τις πτυχές που σχετίζονται πιο πολύ με το περιεχόμενο που παρουσιάζεται. Στόχος είναι οι εκπαιδευόμενοι να σκεφτούν τι θεωρούν πιο σημαντικό από την προηγούμενη συνεδρία, προκειμένου να το ανανεώσουν κατά τη διάρκεια της επόμενης δια ζώσης συνεδρίας.



- **Διάρκεια:** 30 λεπτά
- **Εργαλεία:** Ανάθεση εργασίας στην πλατφόρμα 1.1

Κατά τη διάρκεια της εβδομάδας, οι εκπαιδευόμενοι θα αναπτύξουν μια αυτοαξιολόγηση υγείας: σκεφτείτε ποιες πτυχές της υγείας τους θεωρούν πιο σχετικές και ποιες πτυχές θεωρούν πιο προβληματικές στη διαχείριση της δικής τους υγείας. Τα αποτελέσματα αυτής της δραστηριότητας θα συζητηθούν στην επόμενη διά ζώσης συνεδρία. Στόχος θα είναι να δοθεί η δυνατότητα στους ασκούμενους να εντοπίζουν ποια θέματα υγείας είναι τα πλέον συναφή με αυτούς. Αυτό θα είναι χρήσιμο για τους εκπαιδευτές (καθώς θα είναι σε θέση να τονίσουν ορισμένα θέματα κατά τη διάρκεια της υπόλοιπης εκπαίδευσης) και για τους ίδιους τους εκπαιδευόμενους να τους κάνουν να συνειδητοποιήσουν ότι η εκπαίδευση (οι υπόλοιπες ΠΕΔ) θα είναι χρήσιμη γι' αυτούς.

- **Διάρκεια:** 30 λεπτά
- **Εργαλεία:** ανάθεση εργασίας στην πλατφόρμα 1.2

## ΔΙΑ ΖΩΣΗΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑ 1.2: ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΓΡΑΜΜΕΣ, ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΚΑΙ ΕΡΓΑΛΕΙΑ (Ημέρα 2)

### Δράση 1.2.1 Έναρξη

Μόλις οι συμμετέχοντες είναι στην τάξη, ο εκπαιδευτής θα εισαγάγει τους στόχους της συνεδρίας, συμπεριλαμβανομένων των δραστηριοτήτων και του σχεδιασμού.

- **Διάρκεια:** 10 λεπτά
- **Εργαλεία :** PPT 1.2.1 — Εισαγωγή στη συνεδρία (PPT)

### Δράση 1.2.2 Συγκέντρωση των εργασιών για το σπίτι

Συζήτηση σχετικά με τον προβληματισμό που έγινε κατά τη διάρκεια της εβδομάδας σχετικά με το περιεχόμενο της εκπαίδευσης.

Συζήτηση σχετικά με τον προβληματισμό που έγινε κατά τη διάρκεια της εβδομάδας σχετικά με την αυτοαξιολόγηση της υγείας. Ο εκπαιδευτής θα καταγράψει τη συνεδρία και θα καταγράψει τα θέματα που αφορούν περισσότερο τους εκπαιδευόμενους, προκειμένου να εισαγάγει πρακτικές δραστηριότητες στο τέλος της εκπαίδευσης που σχετίζονται με την εξεύρεση αξιόπιστων πληροφοριών σχετικά με αυτές τις ανησυχίες μέσω της χρήσης ψηφιακών δεξιοτήτων.

Είναι πιθανό οι ασκούμενοι να μην έχουν ολοκληρώσει τις προτεινόμενες διαδικτυακές δραστηριότητες. Σε περίπτωση που δεν τα έχουν κάνει, μπορείτε να ξεκινήσετε τη συνεδρία



υπενθυμίζοντάς τους τα πιο σημαντικά θέματα που καλύφθηκαν στην προηγούμενη διά ζώσης συνεδρία και ρωτώντας τους τι βρήκαν πιο σημαντικό. Αυτό θα ακολουθηθεί από μια αυτοαξιολόγηση της υγείας για τον εντοπισμό των ζητημάτων (που σχετίζονται με τη διαχείριση της υγείας) που απασχολούν περισσότερο τους ασκούμενους.

Λάβετε υπόψη ότι αυτή η μέθοδος μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα ορισμένοι άνθρωποι να μην θέλουν να δώσουν ευαίσθητες πληροφορίες σχετικά με την υγεία τους. Ο εκπαιδευτής πρέπει να σεβαστεί αυτή τη θέση και να επιτρέψει σε όσους επιθυμούν να μοιραστούν πληροφορίες να το κάνουν.

- **Διάρκεια:** 40 λεπτά.
- **Εργαλεία:**
  - Ενότητα 1 – 1.2.2 Συγκέντρωση των εργασιών για το σπίτι
  - Μπορεί να χρησιμοποιηθεί ένα προσωπικό σημειωματάριο, αν και δεν είναι υποχρεωτικό

**Διάλειμμα: 10 λεπτά.**

### **Δράση 1.2.3 Πώς να διαχειριστείτε την υγεία σας**

Στους ασκούμενους δίνονται παραδείγματα (εκπαιδευτικό υλικό που πρέπει να προσδιοριστεί) των δράσεων που πραγματοποιούνται από (επινοημένα) άτομα. Αυτοί οι άνθρωποι, στα παραδείγματα, προσπαθούν να διαχειριστούν τη δική τους υγεία και την υγεία των άλλων, αλλά το κάνουν λανθασμένα. Οι εκπαιδευόμενοι, με συνεργατικό τρόπο (ομάδες των 2), θα συζητήσουν και θα κατανοήσουν γιατί αυτοί οι άνθρωποι δεν συμπεριφέρονται σωστά και γιατί θα πρέπει να χρησιμοποιούν βασικές ψηφιακές δεξιότητες για τη σωστή διαχείριση της υγείας τους.

Το εκπαιδευτικό υλικό θα αναπτύξει 3 ή 4 παραδείγματα στα οποία τα επινοημένα άτομα θα εκτελέσουν δράσεις εστιασμένες στις διαφορετικές διαστάσεις του ψηφιακού αλφαριθμητισμού υγείας. Σε ζεύγη, οι εκπαιδευόμενοι θα συζητήσουν γιατί πιστεύουν ότι το άτομο στο παράδειγμα δεν έκανε το σωστό και ποια είναι η σωστή πορεία δράσης για το πρόβλημα που αναφέρεται στο παράδειγμα. Τα αποτελέσματα θα κοινοποιηθούν σε όλους.

- **Διάρκεια:** 60 λεπτά.
- **Εργαλεία:** Ενότητα 1 — 1.2.3 Πώς να διαχειριστείτε τη δική σας υγεία (PPT)

### **Δράση 1.2.4 Λήξη — ενημέρωση**



Ο εκπαιδευτής συνοψίζει το περιεχόμενο της συνεδρίας και προσπαθεί να αποσαφηνίσει πιθανές αμφιβολίες και ερωτήσεις. Ο εκπαιδευτής εξηγεί τις εργασίες που πρέπει να γίνουν στην ηλεκτρονική εκπαίδευση και καλεί τους εκπαιδευόμενους για την επόμενη εκπαιδευτική δια ζώσης συνεδρία. Ο εκπαιδευτής θα κάνει προεπισκόπηση μέρους του περιεχομένου που θα καλυφθεί στο ΠΕΔ\_2.

- **Διάρκεια:** Σε 10 λεπτά.
- **Εργαλεία:** Ενότητα 1 – 1.2.4 Λήξη – ανασκόπηση (PPT )