

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11



MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

<https://apps4health.eu/>

Ενότητα 5 - Συνεδρία Λήξης (5.4)

Εφαρμογές υγείας για τη μείωση του εθισμού στην οθόνη και της χρήσης ουσιών (καπνός)





Εταίροι

POLIBIENESTAR
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

UNIVERSITAT DE VALÈNCIA
ΒΑΛΕΝΘΙΑ, ΙΣΠΑΝΙΑ
www.uv.es



OXFAM ITALIA INTERCULTURA
AREZZO, ΙΤΑΛΙΑ
www.oxfamitalia.org/

PROLEPSIS
INSTITUTE

PROLEPSIS
ΑΘΗΝΑ, ΕΛΛΑΔΑ
www.prolepis.gr

IAT
Institute for Work and Technology

WESTFALISCHE HOCHSCHULE GELSENKIRCHEN,
BOCHOLT, RECKLINGHAUSEN
GELSENKIRCHEN, ΓΕΡΜΑΝΙΑ
www.w-hs.de



connexions
ICT for Education and Social Impact

CONNEXIONS
ΑΘΗΝΑ, ΕΛΛΑΔΑ
www.connexions.gr



RESET
ΚΥΠΡΟΣ
www.resetcy.com



media k GmbH
Bad Mergentheim, ΓΕΡΜΑΝΙΑ
www.media-k.eu

cordina
Strategy and Sustainable Results

COORDINA ORGANIZACIÓN DE EMPRESAS Y
RECURSOS HUMANOS, S.L.
ΒΑΛΕΝΘΙΑ, ΙΣΠΑΝΙΑ
coordina-oerh.com



AMSED
ΣΤΡΑΣΒΟΥΡΓΟ, ΓΑΛΛΙΑ
www.amsed.fr



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Στόχοι

- ✓ Αύξηση της ευαισθητοποίησης σχετικά με τις εφαρμογές υγείας για τους εθισμούς και τη χρήση ουσιών και τη σημασία των υγιεινών συνηθειών.
- ✓ Προσδιορισμός των κύριων δραστηριοτήτων για την καθιέρωση μιας υγιεινής συνήθειας και πώς οι εφαρμογές αυτές μπορούν να συμβάλουν σε αυτό.
- ✓ Κατανόηση των βασικών εννοιών που σχετίζονται με τις εφαρμογές υγείας και πώς μπορούν να είναι χρήσιμες για τους μετανάστες.



Πηγή: στο Freepik



Ικανότητες

- ✓ Ορισμός των εφαρμογών κατάχρησης ουσιών και εθισμών.
- ✓ Επεξήγηση του τρόπου με τον οποίο οι εφαρμογές για τη χρήση ουσιών και τους εθισμούς μπορούν να βοηθήσουν στη βελτίωση της ποιότητας ζωής και της υγείας.
- ✓ Εξοικείωση και ικανότητα πλοήγησης σε διάφορες εφαρμογές υγείας και ενσωμάτωσής τους στην καθημερινή ζωή.



Κλείσιμο

Αυτή η ενότητα περιλαμβάνει τα εξής:

- Σύνοψη των κύριων διδαγμάτων
- Ανταλλαγή εμπειριών από τη χρήση εφαρμογών που σχετίζονται με τη χρήση καπνού και/ή τον εθισμό στην οθόνη
- Πρακτικές προκλήσεις και ιδέες για το πώς να ξεπεραστούν αυτές οι προκλήσεις

Κλείσιμο

Αφιερώστε μερικά λεπτά και γράψτε...

- Τι είναι μια εφαρμογή απαλλαγής από τη χρήση ουσιών ή τον εθισμό;
- Πώς μπορώ να καθιερώσω υγιείς συνήθειες και γιατί είναι σημαντικό;
- Πώς μπορώ να επωφεληθώ από τη χρήση μιας εφαρμογής για τη χρήση ουσιών ή την απαλλαγή από τον εθισμό;
- Ποια είναι τα πιθανά πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα της χρήσης αυτών των εφαρμογών;



MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

Συγχαρητήρια!
Ολοκληρώσατε τη διδασκαλία
αυτής της ενότητας!



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.