

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11



MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

<https://apps4health.eu/>

Modul 5 - Selbstlerneinheit (5.3)

Gesundheits-Apps für Sucht und Drogenkonsum



Kofinanziert von der Europäischen Union

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.





Partners

POLIBIENESTAR
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

UNIVERSITAT DE VALÈNCIA
VALENCIA, SPAIN
www.uv.es



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

PROLEPSIS
INSTITUTE

PROLEPSIS
ATHENS, GREECE
www.prolepis.gr

IAT
Institute for Work and Technology

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



connexions
ICT for Education and Social Impact

CONNEXIONS
ATHENS, GREECE
www.connexions.gr



RESET
CYPRUS
www.resetcy.com



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

coördina
Strategy and Sustainable Results

COORDINA ORGANIZACIÓN DE EMPRESAS Y
RECURSOS HUMANOS, S.L.
VALENCIA, SPAIN
coordin-a-oerh.com



AMSÉD
STRASBOURG, FRANCE
www.amsed.fr





Selbstlerneinheit : Inhalt

1. Quiz und Selbsteinschätzung

Nikotin ist die einzige süchtig machende Substanz im Tabak

Richtig

Falsch



Welche ist keine Form des Tabaks?

Nur eine Antwort ist richtig!

A. Schnupftabak

B. Kaugummi

C. Zigarre

D. Snus



Passivrauchexposition beeinträchtigt die Gesundheit von Nichtrauchern nicht

Richtig

Falsch



Welche Formen der Abhängigkeit gibt es im Zusammenhang mit Tabakkonsum?

Zwei Antworten sind richtig!

A. Physisch

B. Emotional

C. Sozial

D. Psychologisch



Was sind schädliche Auswirkungen des Rauchens?

Zwei Antworten sind richtig!

A. Erhöhtes Risiko für Lungenkrebs

B. Verbesserte kardiovaskuläre
Gesundheit

C. Atemwegserkrankungen wie
chronische Bronchitis

D. Vergilbung der Zähne und Finger



Die Aufgabe des Tabakkonsums kann zu Entzugserscheinungen wie Reizbarkeit und Konzentrationsschwierigkeiten führen ?

Richtig

Falsch



Was ist Nomophobie?

Nur eine Antwort ist richtig!

A. Die Angst, den eigenen Namen zu verlieren

B. Die Angst, ohne Mobiltelefon/Handy zu sein

C. Die Angst vor dem Schlafen

D. Die Angst vor großen Versammlungen



Übermäßiger Bildschirmkonsum kann sich negativ auf die psychische Gesundheit auswirken, z. B. durch zunehmende Angstzustände und Depressionen.

Richtig

Falsch



Bildschirmsucht betrifft vor allem Kinder und Jugendliche, aber nicht Erwachsene

Richtig

Falsch



Welche Auswirkungen hat die übermäßige Bildschirmzeit auf den Einzelnen?

Nur eine Antwort ist richtig!

A. Verbesserte kognitive Funktion

B. Verbesserte soziale Fähigkeiten

C. Erhöhtes Risiko von Augenbelastung und Ermüdung

D. Verringertes Risiko von Schlafstörungen





MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

Glückwunsch!

Sie haben das Selbststudium
dieses Moduls abgeschlossen!

