



# DIGI-HEALTH-LITERACY

## ΑΠΟΦΑΣΙΖΩ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΜΟΥ

### ΑΝΑΓΝΩΡΙΖΩ ΤΗΝ ΠΑΡΑΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗ

Στο πλαίσιο του έργου **Digi-health-Literacy** οι μαθητές/τριες θα εκπαιδευτούν στην αναγνώριση και αντιμετώπιση της παραπληροφόρησης, ειδικά σε θέματα που αφορούν την υγεία. Ενημερωθείτε για το σημαντικό αυτό θέμα και προστατέψτε τους/τις μαθητές/τριές σας και εσάς από την παραπληροφόρηση.

## ➤ Τι είναι η παραπληροφόρηση;

Πρόκειται για τη **διάδοση ψευδών ή ανακριβών πληροφοριών** που μπορεί να σχετίζεται με οποιοδήποτε θέμα. Μπορεί να είναι:

- εσκεμμένη (*disinformation*): όταν γίνεται συνειδητά με σκοπό να προκληθεί φόβος, σύγχυση ή να εξυπηρετηθεί κάποιο συμφέρον, και
- μη εσκεμμένη (*misinformation*): όταν κάποιος μοιράζεται μία λανθασμένη πληροφορία χωρίς να το γνωρίζει.



## ➤ Γιατί αφορά το σχολείο;

Το σύστημα εκπαίδευσης και οι εκπαιδευτικοί παίζουν κρίσιμο ρόλο στη διαμόρφωση και ανάπτυξη της κριτικής σκέψης των μαθητών/τριών καθώς και στην καλλιέργεια δεξιοτήτων αξιολόγησης των πληροφοριών.

## ➤ Γιατί η παραπληροφόρηση για θέματα υγείας είναι επικίνδυνη σε ατομικό και συλλογικό επίπεδο;

Η παραπληροφόρηση μπορεί να οδηγήσει σε:

Αποφάσεις που βλάπτουν την ατομική και δημόσια υγεία



Υιοθέτηση επικίνδυνων πρακτικών, όπως η αυτοδιάγνωση



Άγχος, φόβος ή ανασφάλεια χωρίς λόγο



Οικονομική ή άλλη εκμετάλλευση



Απώλεια εμπιστοσύνης στην επιστήμη





## ➤ Οι έφηβοι/ες είναι πιο ευάλωτοι/ες, γιατί:

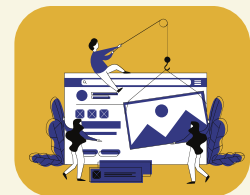
- χρησιμοποιούν καθημερινά μέσα κοινωνικής δικτύωσης και το διαδίκτυο.
- δέχονται έντονες επιρροές από συνομηλικούς και δημοφιλείς προσωπικότητες (“influencers”).
- κατά κανόνα έχουν περιορισμένη πρόσβαση σε ειδικούς
- δεν έχουν αναπτύξει πλήρως τις δεξιότητες κριτικής αξιολόγησης της πληροφορίας και είναι περισσότερο άπειροι/ες σε θέματα εξαπάτησης
- επιθυμούν γρήγορη, άμεση και αυτόνομη πρόσβαση στην ενημέρωση.

## ➤ Ποιες είναι οι κυριότερες πηγές παραπληροφόρησης για θέματα υγείας;



**Μέσα κοινωνικής δικτύωσης**

**Αναξιόπιστες ιστοσελίδες & blogs**



**Απόψεις δημοφιλών προσώπων (“influencers”) ή προσωπικές εμπειρίες (“testimonials”)**

Όλα τα παραπάνω μπορούν να οδηγήσουν στη διασπορά ψευδών ειδήσεων, την εξάπλωση μύθων ή θεωριών συνωμοσίας, καθώς και την προώθηση εμπορικών συμφερόντων, χωρίς επιστημονική τεκμηρίωση.



## Πώς μπορεί να ελεγχθεί αν μια ιστοσελίδα είναι αξιόπιστη;

### Είναι ενημερωμένη;

Οι πληροφορίες είναι πρόσφατες ή έχουν ανανεωθεί;

### Είναι σχετική με το θέμα;

Το περιεχόμενο αφορά πραγματικά το θέμα που αναζητείται;



### Είναι ακριβής;

Βασίζεται σε τεκμηριωμένα επιστημονικά δεδομένα;

### Ποιος είναι ο σκοπός της;

Η ενημέρωση ή η προώθηση προϊόντων και προσωπικών απόψεων;

### Ποιος την υπογράφει;

Πρόκειται για αναγνωρισμένο φορέα ή ειδικό στο συγκεκριμένο θέμα;  
Η ιστοσελίδα ανήκει σε επίσημο οργανισμό;  
Χρήσιμο είναι να εξετάζεται η κατάληξη της ιστοσελίδας (π.χ. .gov, .edu, .org).

## Πώς μπορεί να ελεγχθεί αν μια πληροφορία για την υγεία είναι αξιόπιστη;

### Ποιος τη μεταδίδει;



Προέρχεται από ειδικό σε θέματα υγείας, επίσημο φορέα ή άτομο μη ειδικό στο θέμα;

### Πότε δημοσιεύτηκε;



Είναι πρόσφατη ή βασίζεται σε παλιά δεδομένα;

### Πού δημοσιεύτηκε;



Βρίσκεται σε επίσημη ιστοσελίδα οργανισμού, πανεπιστημίου ή δημόσιας υπηρεσίας;

### Πώς παρουσιάζεται;



Χρησιμοποιεί υπερβολές ή έντονα συναισθηματικό λόγο;

### Τι υπόσχεται;

Αναφέρεται σε «θαυματοργές» λύσεις, γρήγορα και εύκολα αποτελέσματα;



### Σε τι βασίζεται;

Αναφέρει επιστημονικά στοιχεία, μελέτες ή επίσημες οδηγίες;



Για να κριθεί αν μια πληροφορία για την υγεία είναι αξιόπιστη, είναι χρήσιμο να λαμβάνονται υπόψη όλα τα παραπάνω



## ➤ Πώς μπορώ ως εκπαιδευτικός να υποστηρίξω ουσιαστικά τους/τις μαθητές/τριες στο σχολείο;

- ✿ **Εντάσσοντας το θέμα** της παραπληροφόρησης και των τρόπων αντιμετώπισής της στο **εκπαιδευτικό πρόγραμμα** της τάξης σας.
- ✿ Δημιουργώντας ένα **ασφαλές κλίμα συζήτησης** που προάγει τον **σεβασμό**, την **αποδοχή** και την ελεύθερη **διατύπωση ερωτήσεων / αποριών**.
- ✿ Δίνοντας **«εργαλεία σκέψης»** αντί μόνο πληροφορίες: μπορείτε να καλλιεργήσετε την κριτική σκέψη εστιάζοντας στην τεκμηρίωση της πληροφορίας και στην αιτιολόγηση.
- ✿ Διαμορφώνοντας ένα **σταθερό δίκτυο υποστήριξης**: είναι σημαντικό να υπενθυμίζετε στους/στις μαθητές/τριές σας ότι μπορούν να απευθύνονται σε εσάς ή στα αρμόδια πρόσωπα του σχολείου (π.χ. υπεύθυνος/η εκπαιδευτικός τάξης, ψυχολόγος) για ό,τι τους/τις απασχολεί.



**Στο πλαίσιο του έργου Digi-health-Literacy έχει δημιουργηθεί το παρακάτω υλικό που μπορείτε να αξιοποιήσετε και αφορά την παραπληροφόρηση:**

- Οδηγός ελέγχου αξιοπιστίας πληροφορίας
- Οδηγός ελέγχου αξιοπιστίας ιστοσελίδας
- Σύντομος οδηγός «Αξιολόγηση Διαδικτυακών Πληροφοριών – Πηγές & Οδηγοί»
- Παρουσίαση για την παραπληροφόρηση
- Ηλεκτρονικό παιχνίδι σοβαρού σκοπού με θεματολογία για την παραπληροφόρηση

🌐 Υλικό από το site του προγράμματος: <http://digi-health-literacy.gr/>





## > Αξιόπιστες πηγές πληροφόρησης για θέματα υγείας

### **Εθνικός Οργανισμός Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ)**

Οδηγίες για εμβολιασμούς, πρόληψη και αντιμετώπιση νοσημάτων, διατροφή και υγιεινή

[eody.gov.gr](http://eody.gov.gr)



### **Υπουργείο Υγείας**

Επίσημες ανακοινώσεις, οδηγίες δημόσιας υγείας και ενημερώσεις για επιδημίες

[moh.gov.gr](http://moh.gov.gr)

### **Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ)**

Έγκυρη πληροφόρηση για τη διεθνή δημόσια υγεία

[who.int](http://who.int)



### **European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC)**

Στρατηγικές πρόληψης λοιμωδών νοσημάτων στην Ευρώπη

[ecdc.europa.eu](http://ecdc.europa.eu)

### **Vaccine Safety Net**

Δίκτυο ιστοσελίδων πιστοποιημένων από τον ΠΟΥ για ασφαλή πληροφορία σχετικά με εμβόλια

<https://www.vaccinesafetynet.org/>



### **European Food Information Council (EUFIC)**

Τεκμηριωμένες και κατανοητές πληροφορίες για διατροφή και υγιεινή ζωή

[ecdc.europa.eu](http://ecdc.europa.eu)

### **Αλφαβητάρι Υγείας**

Εύκολα κατανοητές πληροφορίες για όρους υγείας

[alfavitariygeias.gr](http://alfavitariygeias.gr)



### **Ελληνική Εταιρεία Εφηβικής Ιατρικής**

Αξιόπιστη ενημέρωση, εκπαιδευτικά προγράμματα και δράσεις πρόληψης για την υγεία παιδιών και εφήβων

[www.youth-med.gr](http://www.youth-med.gr)