



DHed 10A

# DigCompHealth Βασικό Πλαίσιο

για πολίτες με χαμηλές ψηφιακές  
ικανότητες

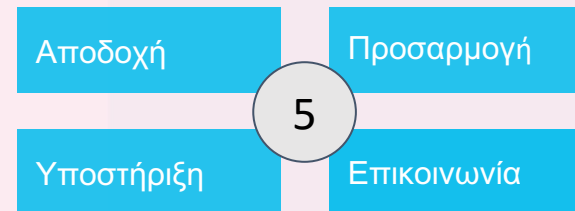


Co-funded by  
the European Union

# Πλαίσιο του Ιδρύματος DigCompHealth

**A. Γενικές  
ικανότητες  
ψηφιακής υγείας**

**B. Ειδικές ανάγκες  
των πολιτών με  
χαμηλή ειδίκευση**



# ΤΟΜΕΑΣ Α

## Τομέας Α

### ΓΕΝΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ ΨΗΦΙΑΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

## Περιοχή δεξιοτήτων

- Πλοήγηση
- Πληροφορίες
- Επικοινωνία
- Ασφάλεια

## Απλές δεξιότητες

1. Περιήγηση, αναζήτηση και φιλτράρισμα πληροφοριών υγείας
2. Έκφραση των αναγκών υγείας σε ένα αίτημα αναζήτησης
3. Ικανότητα κατανόησης, αξιολόγησης και ιεράρχησης των πληροφοριών για την υγεία.
4. Εθιμοτυπία υγείας
5. Ικανότητα να ζητάτε βοήθεια και να δίνετε ανατροφοδότηση
6. Προστασία της ιδιωτικής ζωής και αναγνώριση των δεδομένων σε σχέση με τις πληροφορίες υγείας

Τομέας δεξιοτήτων	A
Περιοχή δεξιότητας	Πλοήγηση
Τίτλος δεξιότητας	<b>1. Περιήγηση, αναζήτηση και φιλτράρισμα πληροφοριών υγείας</b>
Περιγραφή δεξιότητας	Οι χρήστες χρειάζονται ικανότητες στην αναζήτηση διαδικτυακών πληροφοριών υγείας. Χρειάζονται επίσης γνώσεις σχετικά με τους ιστότοπους που πρέπει να χρησιμοποιούν για έγκυρες πληροφορίες υγείας. Τέλος, χρειάζονται γνώσεις σχετικά με τον τρόπο με τον οποίο οι πληροφορίες ιεραρχούνται στο "www".

Επίπεδο εφαρμογής	Χρήστης	Οδηγός/Μέντορας
<b>Παραδείγματα γνώσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Κατανοήστε πώς παράγονται, διαχειρίζονται και διατίθενται οι πληροφορίες.</li> <li>- Κατανοήστε ποιες μηχανές αναζήτησης ή βάσεις δεδομένων ανταποκρίνονται καλύτερα στις δικές σας ανάγκες πληροφόρησης.</li> <li>- Κατανοήστε πώς οι πληροφορίες μπορούν να βρεθούν σε διάφορες συσκευές/μέσα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Διακρίνετε τις καταλληλότερες μηχανές αναζήτησης και στρατηγικές για πληροφορίες υγείας.</li> <li>- Κατανοήστε το μηχανισμό των μηχανών αναζήτησης και της ιεράρχησής τους</li> </ul>
<b>Παραδείγματα δεξιοτήτων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Προσαρμόστε τις αναζητήσεις ανάλογα με τα αποτελέσματα</li> <li>- Χρήση φίλτρων</li> <li>- Χρησιμοποιήστε λέξεις αναζήτησης που περιορίζουν τον αριθμό των αποτελεσμάτων</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Σκεφτείτε τις δεξιότητες του χρήστη με χαμηλή εξειδίκευση για την έρευνα και το φιλτράρισμα των πληροφοριών για την υγεία</li> <li>- Υποστήριξη των αποδεκτών φροντίδας στην υιοθέτηση των δεξιοτήτων του χρήστη με χαμηλές δεξιότητες</li> </ul>
<b>Παραδείγματα στάσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Επιδείξη προληπτικής στάσης ως προς την αναζήτηση πληροφοριών</li> <li>- Να έχουν κίνητρο να αναζητούν πληροφορίες για διάφορες πτυχές της υγείας</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ενθαρρύνετε την περιέργεια και την προθυμία αναζήτησης πληροφοριών σχετικά με την υγεία.</li> </ul>

Τομέας δεξιοτήτων	A
Περιοχή δεξιότητας	Πληροφορίες
Τίτλος δεξιότητας	<b>2. Έκφραση των αναγκών υγείας σε ένα αίτημα αναζήτησης</b>
Περιγραφή δεξιότητας	Αίσθηση και κατανόηση του πότε χρειάζονται πληροφορίες για την υγεία και πώς να εκφράζονται οι ανάγκες υγείας με αποτελεσματικό τρόπο.

Επίπεδο εφαρμογής	Χρήστης	Οδηγός/Μέντορας
<b>Παραδείγματα γνώσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Αξιολόγηση των δικών σας αναγκών που αφορούν τις πληροφορίες υγείας</li> <li>- Γνώση του τρόπου με τον οποίο οι πληροφορίες είναι διαθέσιμες στο διαδίκτυο</li> <li>- Κατανόηση της διαφοράς μεταξύ δεδομένων και πληροφοριών</li> <li>- Κατανόηση πώς δομούνται τα δεδομένα στο διαδίκτυο</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Αξιολόγηση των αναγκών για πληροφορίες υγείας για την ομάδα-στόχος</li> <li>- Καθορισμός των ειδικών αναγκών πληροφόρησης</li> </ul>
<b>Παραδείγματα δεξιοτήτων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Προσαρμογή των αναζητήσεων σύμφωνα με τις συγκεκριμένες ανάγκες - εντοπισμός κενών πληροφοριών</li> <li>- Έκφραση αναγκών υγείας</li> <li>- Ακολουθήστε τις ροές πληροφοριών σε διαφορετικές πηγές, συσκευές ή μέσα ενημέρωσης</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Διαμεσολάβηση δεξιοτήτων χρήστη</li> <li>- Προώθηση των δεξιοτήτων των χρηστών</li> <li>- Διδασκαλία του τρόπου έκφρασης των αναγκών υγείας σε ένα αίτημα αναζήτησης</li> </ul>
<b>Παραδείγματα στάσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Συνειδητοποιήστε ότι οι πληροφορίες μπορούν να βοηθήσουν στην επίλυση προβλημάτων που σχετίζονται με θέματα υγείας</li> <li>- Προβληματιστείτε για τις δικές σας ανάγκες πληροφόρησης</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Προβληματισμός σχετικά με τις ανάγκες πληροφόρησης και πώς εκφράζονται με λέξεις για ένα κατάλληλο αίτημα αναζήτησης.</li> </ul>

Τομέας δεξιοτήτων	A
Περιοχή δεξιότητας	Πληροφορίες
Τίτλος δεξιότητας	<b>3. Ικανότητα κατανόησης, αξιολόγησης και ιεράρχησης των πληροφοριών για την υγεία.</b>
Περιγραφή δεξιότητας	Επιλογή πληροφοριών από τα αποτελέσματα αναζήτησης. Αξιολόγηση για το ποιες πληροφορίες είναι αξιόπιστες και αναφέρονται στις ανάγκες που ερευνώνται.

Επίπεδο εφαρμογής	Χρήστης	Οδηγός/Μέντορας
<b>Παραδείγματα γνώσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Κατανοήστε ότι οι πηγές υγείας πρέπει να διασταυρώνονται</li> <li>- Αναλύστε τις ανακτηθείσες πληροφορίες υγείας</li> <li>- Αξιολογήστε και ιεραρχήστε το περιεχόμενο υγείας</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Μεταφέρετε πώς η άκριτη υιοθέτηση των πληροφοριών υγείας που βρίσκονται στο διαδίκτυο μπορεί να θέσει τους χρήστες σε κίνδυνο</li> <li>- Δώστε παραδείγματα αξιόπιστων πηγών πληροφόρησης</li> </ul>
<b>Παραδείγματα δεξιοτήτων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Κρίνετε την εγκυρότητα του περιεχομένου της έρευνας</li> <li>- Ερμηνεύστε τις πληροφορίες για την υγεία</li> <li>- Μετατρέψτε τις πληροφορίες σε γνώση</li> <li>- Αναλύστε τη χρησιμότητα, την ακρίβεια και την ακεραιότητα των πληροφοριών υγείας</li> <li>- Συγκρίνετε, αντιπαραβάλετε και ενσωματώστε τις πληροφορίες υγείας από διαφορετικές πηγές</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Παρέχετε στους χρήστες με χαμηλή εξειδίκευση δεξιότητες</li> <li>- Υποστηρίξτε τους χρήστες με χαμηλά προσόντα να αποκτήσουν δεξιότητες</li> </ul>
<b>Παραδείγματα στάσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Να είστε κριτικοί απέναντι στις πληροφορίες που βρήκατε. Να ξέρετε ότι οι μηχανισμοί και οι αλγόριθμοι των μηχανών αναζήτησης δεν είναι απαραίτητα ουδέτεροι στην εμφάνιση των πληροφοριών.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Προστασία των χρηστών με χαμηλή εξειδίκευση από κινδύνους που σχετίζονται με αναξιόπιστες ή μεροληπτικές πληροφορίες</li> </ul>

Τομέας δεξιοτήτων	A
Περιοχή δεξιότητας	Επικοινωνία
Τίτλος δεξιότητας	<b>4. Υγεία-Εθιμοτυπία</b>
Περιγραφή δεξιότητας	Γνώση των κανόνων συμπεριφοράς κατά τη δημιουργία/ενασχόληση με το περιεχόμενο των ψηφιακών μέσων. Ευαισθητοποίηση σε θέματα ποικιλομορφίας που σχετίζονται με προβλήματα υγείας. Υπεύθυνη συμπεριφορά απέναντι στο κοινόχρηστο περιεχόμενο υγείας για τη δική σας και την ασφάλεια των άλλων.

Επίπεδο εφαρμογής	Χρήστης	Οδηγός/Μέντορας
<b>Παραδείγματα γνώσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Κατανόηση της κατάλληλης συμπεριφοράς στις ψηφιακές επικοινωνίες από την άποψη της υγείας</li> <li>- Κατανόηση των συνεπειών της προσωπικής συμπεριφοράς στην ψηφιακή σφαίρα</li> <li>- Κατανόηση δεοντολογικών θεμάτων που σχετίζονται με τα ψηφιακά μέσα, όπως απaráδεκτοι ιστότοποι, δίκτυα, διαδικτυακός εκφοβισμός</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Προσδιορισμός ηθικών ζητημάτων και απειλών σχετικά με τα δεδομένα υγείας στις ψηφιακές αλληλεπιδράσεις (π.χ. ηλεκτρονική απάτη, παράβαση καθήκοντος, φάρσα, κατάχρηση προσωπικών δεδομένων).</li> </ul>
<b>Παραδείγματα δεξιοτήτων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Προστασία από διαδικτυακές απειλές</li> <li>- Αναφορά κακοποίησης και απειλών</li> <li>- Στρατηγικές χειρισμού ανάρμοστης συμπεριφοράς</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Φροντίστε τις δεξιότητες των χρηστών</li> <li>- Υποστηρίξτε τους χρήστες με χαμηλές δεξιότητες για να υιοθετήσουν αυτές τις δεξιότητες</li> </ul>
<b>Παραδείγματα στάσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Εξετάστε τις δεοντολογικές αρχές της χρήσης και δημοσίευσης των πληροφοριών υγείας</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Δώστε προτεραιότητα στην ασφάλεια έναντι των λειτουργικών απαιτήσεων των τεχνολογιών και των διαδικτυακών εφαρμογών</li> </ul>



Τομέας δεξιοτήτων	A
Περιοχή δεξιότητας	Πρόοδος
Τίτλος δεξιότητας	<b>5. Ικανότητα να ζητάτε βοήθεια και να δίνετε ανατροφοδότηση</b>
Περιγραφή δεξιότητας	Να γνωρίζουν πού να ζητήσουν βοήθεια για τις ηλεκτρονικές υπηρεσίες υγείας σε περίπτωση ασαφειών. Παροχή ανατροφοδότησης στις συσκευές e-υγείας σε συνεργασία με τους επαγγελματίες του τομέα της ηλεκτρονικής υγείας.

Επίπεδο εφαρμογής	Χρήστης	Οδηγός/Μέντορας
<b>Παραδείγματα γνώσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Κατανόηση των αρχών αυτοαναστοχασμού</li> <li>- Αναγνωρίστε τα δυνατά και αδύνατα σημεία σας στον τομέα της ψηφιακής επάρκειας.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Αναγνωρίστε τα οφέλη και τις προκλήσεις που προσφέρει η ψηφιακή τεχνολογία στη ζωή των χρηστών με χαμηλή ειδίκευση.</li> <li>- Κατανοήστε τις βασικές αρχές της επικοινωνιακής ανατροφοδότησης και της παρακίνησης</li> <li>- Ενισχύστε κατάλληλα τις δεξιότητες</li> </ul>
<b>Παραδείγματα δεξιοτήτων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Αναγνώριση των πλεονεκτημάτων, καθώς και των προκλήσεων που θέτει η ψηφιακή τεχνολογία</li> <li>- Κατανοήστε τις βασικές έννοιες της επικοινωνιακής ανατροφοδότησης</li> <li>- Διατυπώστε θετική και αρνητική ανατροφοδότηση</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Εξετάστε μαζί με τους χρήστες χαμηλής ειδίκευσης τα συγκεκριμένα εμπόδια και την ανάγκη αλλαγής που σχετίζεται με τις ψηφιακές τους δραστηριότητες.</li> <li>- Δώστε επικοινωνιακή και ευαίσθητη ανατροφοδότηση</li> <li>- Προτείνετε εναλλακτικές μεθόδους μάθησης</li> <li>- Παρουσιάστε παραδείγματα για υπηρεσίες ή πλατφόρμες ηλεκτρονικής υγείας</li> <li>- Ενισχύστε τις στρατηγικές ψηφιακής χρήσης και μάθησης των χρηστών με χαμηλές δεξιότητες</li> </ul>
<b>Παραδείγματα στάσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ακεραιότητα και αυθεντικότητα στην αυτοκριτική</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Να διατηρείτε την ακεραιότητα και την αυθεντικότητα στην αντανάκλαση των άλλων</li> </ul>



Τομέας δεξιοτήτων	A
Περιοχή δεξιοτήτας	Ασφάλεια
Τίτλος δεξιοτήτας	<b>6. Προστασία της ιδιωτικής ζωής και αναγνώριση των δεδομένων σε σχέση με τις πληροφορίες υγείας</b>
Περιγραφή δεξιοτήτας	Ασφαλής ανταλλαγή προσωπικών δεδομένων υγείας στο διαδίκτυο- κατανόηση των διαδικτυακών όρων και υπηρεσιών- προστασία των προσωπικών δεδομένων

Επίπεδο εφαρμογής	Χρήστης	Οδηγός/Μέντορας
<b>Παραδείγματα γνώσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Καθορισμός των όρων διαδικτυακών υπηρεσιών (π.χ. συλλογή προσωπικών δεδομένων)</li> <li>- Επικαιροποιημένες υπηρεσίες ασφαλείας για την προστασία του συστήματος και των δεδομένων</li> <li>- Ευαισθητοποίηση όσον αφορά την ορατότητα του προσωπικού ψηφιακού αποτυπώματος</li> <li>- Κατανόηση των κινδύνων κλοπής προσωπικών δεδομένων υγείας</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Εξηγήστε τα πιθανά διαδικτυακά παραπτώματα, απάτες και άλλες απειλές.</li> <li>- Μοιραστείτε παραδείγματα βοήθειας και μέτρων προστασίας δεδομένων</li> </ul>
<b>Παραδείγματα δεξιοτήτων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Εγκατάσταση και χρήση διαφόρων συστημάτων και εφαρμογών προστασίας από ιούς</li> <li>- Λήψη μέτρων για τον μετριασμό των κινδύνων απάτης με τη χρήση ισχυρών κωδικών πρόσβασης</li> <li>- Παρακολούθηση των δικών σας ψηφιακών αποτυπωμάτων</li> <li>- Τροποποίηση ή διαγραφή προσωπικών πληροφοριών υγείας</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Μεταδώστε τις δεξιότητες του χρήστη στους αποδέκτες της φροντίδας. Υποστηρίξτε τους αποδέκτες φροντίδας στην υιοθέτηση των δεξιοτήτων του χρήστη</li> </ul>
<b>Παραδείγματα στάσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Κατανόηση βασικών αρχών ιδιωτικότητας και ασφάλειας στο διαδίκτυο</li> <li>- Προσοχή στην ανταλλαγή προσωπικών πληροφοριών υγείας</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Εξασφαλίστε ότι οι χρήστες με χαμηλή εξειδίκευση αρχίζουν να προσέχουν τα μέτρα ασφαλείας (π.χ. κωδικοί πρόσβασης ή κωδικοί PIN, ή λογαριασμοί χρηστών).</li> </ul>

# ΤΟΜΕΑΣ Β

## Τομέας Β

**ΕΙΔΙΚΕΣ  
ΑΝΑΓΚΕΣ ΤΩΝ  
ΠΟΛΙΤΩΝ ΧΑΜΗΛΗΣ  
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ**

## Περιοχή δεξιοτήτων

- Αποδοχή
- Προσαρμογή
- Υποστήριξη
- Επικοινωνία

## Απλές δεξιότητες

1. Ενθάρρυνση και οικοδόμηση εμπιστοσύνης
2. Ενδυνάμωση της πρόσβασης σε πληροφορίες υγείας και υπηρεσίες ηλεκτρονικής υγείας
3. Προσδιορισμός των ψηφιακών αναγκών και των αναγκών που σχετίζονται με την υγεία
4. Συνειδητοποίηση των προσωπικών μειονεκτημάτων στον τομέα του ψηφιακού αλφαριθμητισμού στον τομέα της υγείας
5. Πολιτιστική ευαισθητοποίηση σε θέματα υγείας

Τομέας δεξιοτήτων	B
Περιοχή δεξιότητας	Αποδοχή
Τίτλος δεξιότητας	<b>1. Ενθάρρυνση και οικοδόμηση εμπιστοσύνης</b>
Περιγραφή δεξιότητας	Ενθάρρυνση του ανοίγματος προς τις ψηφιακές υπηρεσίες/τεχνολογίες ηλεκτρονικής υγείας. Μείωση του φόβου και της δυσπιστίας απέναντι στην τεχνολογία. Προώθηση της αυτοεκτίμησης και του ενδιαφέροντος σε σχέση με την ψηφιακή υγεία.

Επίπεδο εφαρμογής	Χρήστης	Οδηγός/Μέντορας
<b>Παραδείγματα γνώσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Να κατανοήσουν τους κοινωνικούς, οικονομικούς και ψυχολογικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη χρήση των ψηφιακών υπηρεσιών υγείας.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Κατανόηση των κοινωνικών, οικονομικών και ψυχολογικών παραγόντων που επηρεάζουν τους χρήστες με χαμηλότερη εξειδίκευση</li> <li>- Γνώση του τρόπου μείωσης των προκαταλήψεων έναντι των υπηρεσιών ηλεκτρονικής υγείας</li> </ul>
<b>Παραδείγματα δεξιοτήτων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Να επικοινωνούν πληροφορίες σχετικά με την ψηφιακή τεχνολογία με σαφήνεια, αντικειμενικότητα και αυτοπεποίθηση</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Επίδειξη ρεαλιστικής κατανόησης των κινδύνων που συνδέονται με τις ψηφιακές τεχνολογίες</li> <li>- Παροχή βοήθειας στην αντιμετώπιση ψηφιακών προβλημάτων</li> <li>- Υποστήριξη στο πως να προσεγγίζουν την ψηφιακή πολυπλοκότητα</li> <li>- Ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και των κινήτρων των χρηστών με χαμηλότερη εξειδίκευση μέσω μιας κατάλληλης και στοχευμένης στρατηγικής μάθησης</li> <li>- Αντιμετώπιση και προβληματισμός σχετικά με κοινούς μύθους και παρανοήσεις σχετικά με τις ψηφιακές πληροφορίες για την υγεία</li> </ul>
<b>Παραδείγματα στάσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Να επιδεικνύουν προθυμία να ξεπεράσουν τις δικές τους επιφυλάξεις απέναντι στις υπηρεσίες ηλεκτρονικής υγείας</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Αντιμετώπιση των προβλημάτων των χρηστών χαμηλής ειδίκευσης σοβαρά και αντικειμενικά.</li> <li>- Δρα ως ενημερωμένος και αξιόπιστος σύμβουλος</li> <li>- Ενσυναίσθηση ως προς τις ανησυχίες και</li> </ul>

Τομέας δεξιοτήτων	B
Περιοχή δεξιότητας	Επικοινωνία
Τίτλος δεξιότητας	<b>2. Ενδυνάμωση της πρόσβασης σε πληροφορίες υγείας και υπηρεσίες ηλεκτρονικής υγείας</b>
Περιγραφή δεξιότητας	Ερευνήστε το εύκολο περιεχόμενο. Έχετε την τεχνογνωσία για να εγγραφείτε σε πλατφόρμες. Μάθετε για θέματα υγείας μέσω κειμένου, βίντεο ή εικόνων.

Επίπεδο εφαρμογής	Χρήστης	Οδηγός/Μέντορας
<b>Παραδείγματα γνώσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Γνώση του τρόπου απόκτησης πληροφοριών ηλεκτρονικής υγείας (βίντεο, κείμενο, εικόνες)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Κατανόηση ότι οι χρήστες με χαμηλές δεξιότητες αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην εφαρμογή (εγγραφή, έρευνα, σύνδεση)</li> <li>- Αντίληψη πώς να βρίσκετε απλοποιημένο και κατανοητό το περιεχόμενο</li> </ul>
<b>Παραδείγματα δεξιοτήτων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ικανότητα χρήσης του διαδικτύου με αυτοπεποίθηση και επάρκεια ώστε να απαντά σε ερωτήσεις σχετικές με την υγεία</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Υποστήριξη που αφορά τη χρήση πλατφορμών ή υπηρεσιών ηλεκτρονικής υγείας</li> <li>- Κατανόηση του είδους της βοήθειας που απαιτείται κατά την έρευνα του περιεχομένου (απλό κείμενο, εκπαιδευτικά βίντεο, περιγραφές εικόνων)</li> <li>- Κίνητρα για χρήστες χαμηλής ειδίκευσης</li> </ul>
<b>Παραδείγματα στάσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Προθυμία συμμετοχής στις υπηρεσίες και το περιεχόμενο του ehealth</li> <li>- Επιδίωξη μαθησιακών στόχων στον τομέα της υγείας</li> <li>- Κίνητρα λόγω της διευκόλυνσης της καθημερινής ζωής από τα ψηφιακά συστήματα υγείας</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ενθαρρυντική στάση απέναντι σε χρήστες με χαμηλά προσόντα κατά την ενασχόληση με το περιεχόμενο ή τις υπηρεσίες ηλεκτρονικής υγείας</li> </ul>

Τομέας δεξιοτήτων	B
Περιοχή δεξιότητας	Προσαρμογή
Τίτλος δεξιότητας	<b>3. Προσδιορισμός των ψηφιακών αναγκών και των αναγκών που σχετίζονται με την υγεία</b>
Περιγραφή δεξιότητας	Εντοπισμός των αναγκών που σχετίζονται με την ψηφιακή υγεία. Προσδιορίστε τις πρακτικές, τις συνήθειες, τα ενδιαφέροντα και τις επιθυμίες σας, προκειμένου να μάθετε ποιες υπηρεσίες ψηφιακής υγείας είναι απαραίτητες και αποτελεσματικές για εσάς.

Επίπεδο εφαρμογής	Χρήστης	Οδηγός/Μέντορας
<b>Παραδείγματα γνώσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Κατανοήστε τα εργαλεία ψηφιακών τεχνολογιών για την αντιμετώπιση συγκεκριμένων αναγκών</li> <li>- Γνωρίστε τι προσφέρουν οι ψηφιακές υπηρεσίες υγείας</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Υποστήριξη τρόπου ανάλυσης των κοινών και ατομικών αναγκών των χρηστών με χαμηλότερη εξειδίκευση</li> <li>- Ανάπτυξη πρακτικών και ρουτινών</li> </ul>
<b>Παραδείγματα δεξιοτήτων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Προσδιορισμός προσωπικών αναγκών υγείας</li> <li>- Ικανότητα αντίληψης των δικών σας αναγκών</li> <li>- Ικανότητα ανάπτυξης πρακτικής και ρουτίνας κατά την έρευνα ενδιαφερόντων και αναγκών που σχετίζονται με την υγεία</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Επικοινωνία με χρήστες με χαμηλότερη εξειδίκευση σχετικά με τις ανάγκες, τις επιθυμίες και τα ενδιαφέροντά τους.</li> <li>- Συμπερίληψη πληροφοριών σχετικά με την καθημερινή ζωή των χρηστών με χαμηλότερη εξειδίκευση, με βάση τη παρατήρηση και τη διαμόρφωση των αναγκών.</li> <li>- Δείξτε ποιες ανάγκες μπορούν να καλυφθούν από την ψηφιακή τεχνολογία</li> </ul>
<b>Παραδείγματα στάσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Κίνητρα για τη λήψη προληπτικών μέτρων για την υγεία του ατόμου</li> <li>- Διατήρηση ενδιαφέροντος για την προσωπική υγεία και ευημερία</li> <li>- Δέσμευση για εξέταση των διαφόρων υπηρεσιών e-υγείας προκειμένου να βρεθεί η κατάλληλη υπηρεσία</li> <li>- Χρήση ψηφιακών λύσεων όπου είναι αποτελεσματικές και αποδοτικές</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Εξετάστε τις ψηφιακές ανάγκες των χρηστών με χαμηλότερη εξειδίκευση για την παροχή ικανοποίησης και ευκολίας.</li> </ul>

Τομέας δεξιοτήτων	B
Περιοχή δεξιότητας	Υποστήριξη
Τίτλος δεξιότητας	<b>4. Συνειδητοποίηση των προσωπικών μειονεκτημάτων</b>
Περιγραφή δεξιότητας	Βρείτε στρατηγικές για να ξεπεράσετε τα μειονεκτήματα απόκτησης πληροφοριών (π.χ. δυσκολίες ανάγνωσης κ.λπ.)

Επίπεδο εφαρμογής	Χρήστης	Οδηγός/Μέντορας
<b>Παραδείγματα γνώσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Συνειδητοποίηση των προσωπικών μειονεκτημάτων και αδυναμιών</li> <li>- Καθημερινές στρατηγικές για την αντιμετώπιση των μειονεκτημάτων</li> <li>- Γνώση του τρόπου εύρεσης βοήθειας και υποστήριξης</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Προσδιορισμός των χαρακτηριστικών και των αιτιών των μειονεκτημάτων</li> <li>- Γνώσεις για την παράκαμψη των εμποδίων που αντιμετωπίζουν οι χρήστες με χαμηλή ειδίκευση</li> <li>- Βοήθεια και ανάπτυξη στρατηγικής για χρήστες με χαμηλή ειδίκευση</li> </ul>
<b>Παραδείγματα δεξιοτήτων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ευελιξία στην εξεύρεση εναλλακτικών λύσεων για τις δυσκολίες που προκύπτουν κατά την ενασχόληση με τις υπηρεσίες, τις πλατφόρμες ή τους ιστότοπους ηλεκτρονικής υγείας</li> <li>- Προσαρμοστικότητα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ευαίσθητη αντίληψη των μειονεκτημάτων των χρηστών χαμηλής ειδίκευσης</li> <li>- Κατάλληλος χειρισμός των μειονεκτημάτων και επισήμανση εναλλακτικών λύσεων και δυνατοτήτων στον τομέα των υπηρεσιών ηλεκτρονικής υγείας</li> <li>- Υποστήριξη χρήσης υπηρεσιών ehealth με περιορισμένες ικανότητες των χρηστών</li> </ul>
<b>Παραδείγματα στάσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Προθυμία να ξεπεραστούν τα εμπόδια</li> <li>- Ανοιχτό μυαλό για διαφορετικές στρατηγικές στη χρήση των υπηρεσιών ηλεκτρονικής υγείας</li> <li>- Ανταλλαγή αναγκών με τις υπηρεσίες ehealth για να τους δοθεί η δυνατότητα βελτίωσης</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Προθυμία να βοηθήσουν και ενσυναίσθηση προς τους χρήστες με χαμηλές δεξιότητες και μειονεκτήματα</li> <li>- Κατάλληλος ρυθμός μάθησης</li> </ul>

Τομέας δεξιοτήτων	B
Περιοχή δεξιοτήτας	Υποστήριξη
Τίτλος δεξιοτήτας	<b>5. Πολιτιστική ευαισθητοποίηση σε σχέση με την υγεία</b>
Περιγραφή δεξιοτήτας	Επίγνωση των διαφορετικών πολιτισμών. Κατανόηση του τρόπου αντιμετώπισης της υγείας των ανθρώπων που προέρχονται, για παράδειγμα, από μη ευρωπαϊκό πολιτισμικό υπόβαθρο και έχουν διαφορετικές ανάγκες υγείας.

Επίπεδο εφαρμογής	Χρήστης	Οδηγός/Μέντορας
<b>Παραδείγματα γνώσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Συνειδητοποίηση των πολιτισμικών διαφορών στην υγειονομική περίθαλψη</li> <li>- Κατανόηση του ευρωπαϊκού συστήματος υγειονομικής περίθαλψης, ιδίως για τους μη Ευρωπαίους χρήστες με χαμηλότερη εξειδίκευση</li> <li>- Εξέταση των διαφορετικών αναγκών υγείας με βάση την προέλευση</li> <li>- Αναγνώριση των πολιτισμικά ειδικών ασθενειών</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Συνειδητοποίηση των ξένων πολιτισμικών πτυχών στην υγειονομική περίθαλψη.</li> <li>- Κατανόησης των διαφορετικών εννοιών της ασθένειας και των επεξηγηματικών μοντέλων της ασθένειας</li> </ul>
<b>Παραδείγματα δεξιοτήτων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Αναστοχασμός σχετικά με τις δικές του ανάγκες σε σχέση με την πολιτισμική προέλευση και τα συγκεκριμένα πρότυπα ασθενειών του</li> <li>- Σύγκριση διαφορετικών πλατφορμών υγείας ανάλογα με την προέλευση</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Κατάλληλος χειρισμός των διαφόρων προβλημάτων υγείας που οφείλονται στην καταγωγή των χρηστών.</li> <li>- Ικανότητα αναγνώρισης των αναγκών των χρηστών που προέρχονται από τον μη ευρωπαϊκό χώρο υγείας</li> </ul>
<b>Παραδείγματα στάσεων</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Επίδειξη ευαισθησίας για διαφορετικές κουλτούρες επικοινωνίας</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ανοιχτή στάση απέναντι σε διαφορετικά συστήματα υγειονομικής περίθαλψης και μεθόδους παροχής υγειονομικής περίθαλψης</li> </ul>