

# ΕΝΟΤΗΤΑ 1

## ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**



**Funded by  
the European Union**

*"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντνακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*

# ΣΤΟΧΟΙ

- **1. Επεξήγηση του προγράμματος Erasmus Plus mHealth - παρουσίαση του έργου και του προγράμματος**
- **2. Αρχές για την ψηφιακή υγεία (ηλεκτρονική υγεία) - βασικοί ορισμοί και εισαγωγή**
  - 2.1.- Εφαρμογές υγείας-παραδείγματα, κατηγορίες
  - 2.2.- Χρήσεις και χρησιμότητες-επεξήγηση του σκοπού
- **3. Δυσκολίες, εμπόδια, ανάγκες-επεξήγηση των σημαντικότερων ζητημάτων**

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



Funded by  
the European Union

## Τι είναι το Erasmus+;

Το Erasmus+ είναι το πρόγραμμα της ΕΕ για τη στήριξη της εκπαίδευσης, της κατάρτισης, της νεολαίας και του αθλητισμού στην Ευρώπη.

Το πρόγραμμα 2021-2027 δίνει μεγάλη έμφαση στην κοινωνική ένταξη, την πράσινη και την ψηφιακή μετάβαση και την προώθηση της συμμετοχής των νέων στη δημοκρατική ζωή.

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

*"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντανακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*



**Funded by  
the European Union**

## Το πρόγραμμα επίσης:

- υποστηρίζει τον ευρωπαϊκό πυλώνα κοινωνικών δικαιωμάτων
- εφαρμόζει τη στρατηγική της ΕΕ για τη νεολαία 2019-2027
- αναπτύσσει την ευρωπαϊκή διάσταση του αθλητισμού

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

*"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντανακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*



**Funded by  
the European Union**

## Τι είναι αυτό το έργο;

Το πρόγραμμα MENTAL MOBILE HEALTH εγκαινιάζεται με στόχο την αύξηση των ικανοτήτων των ατόμων με ψυχικές παθήσεις (PMHC) για τη βελτίωση της αυτοδιαχείρισης τους μέσω της υιοθέτησης λύσεων κινητής υγείας (mHealth).

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

*"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντανακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*



**Funded by  
the European Union**

## Αρχές της ψηφιακής υγείας;



Υπάρχει ένας γενικός όρος για την ψηφιακή υγεία: e-health.

Η ηλεκτρονική υγεία είναι ό,τι έχει ψηφιακές πτυχές στον τομέα της υγείας. Αναφέρεται σε κάθε χρήση της τεχνολογίας πληροφοριών και επικοινωνιών στην ιατρική (δορυφόροι, υπολογιστές, οθόνες...).

Αυτά είναι περισσότερα από όσα θέλουμε να συζητήσουμε σε αυτές τις συνεδρίες, οπότε μην ανησυχείτε.

Αυτό για το οποίο θα μιλήσουμε είναι η **mHealth**. Έχετε ιδέα τι είναι αυτό;

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

*"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντανακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*



**Funded by  
the European Union**

**mHealth** είναι συντομογραφία για την "κινητή υγεία" και χρησιμοποιείται για κάθε θεραπεία, ιατρική διαδικασία, σκοπό, πρωτοβουλία δημόσιας υγείας, ευεξίας, γυμναστικής κ.λπ. που χρησιμοποιείται σε κινητές συσκευές.

Χρησιμοποιείται σε πολλά μέρη, πλαίσια και από πολλούς διαφορετικούς ανθρώπους. Μπορείτε να σκεφτείτε κάποια παραδείγματα;



**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

*"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντανακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*



**Funded by  
the European Union**

- Εκπαίδευση και ευαισθητοποίηση
- Γραμμή βοήθειας
- Διαγνωστική και θεραπευτική υποστήριξη
- Επικοινωνία και κατάρτιση των εργαζομένων στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης
- Παρακολούθηση ασθενειών και επιδημιών
- Απομακρυσμένη παρακολούθηση
- Απομακρυσμένη συλλογή δεδομένων
- Ευεξία
- Fitness

Δεν μας ενδιαφέρουν όλοι αυτοί οι τομείς. Αυτό που θέλουμε να μάθουμε είναι πώς να χρησιμοποιήσουμε την κινητή υγεία. Καμία ιδέα;

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντανακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



**Funded by  
the European Union**



## Εφαρμογές

Όπως αναφέρθηκε παραπάνω, η mHealth παρέχεται μέσω κινητών συσκευών - τηλεφώνων, έξυπνων ρολογιών, ταμπλετών...

Ενώ στο παρελθόν, αρκετές πρωτοβουλίες mHealth γίνονταν μέσω του συστήματος SMS, σήμερα χρησιμοποιούνται εφαρμογές για την παροχή υπηρεσιών mHealth.

Οι εφαρμογές αυτές προσφέρουν διάφορες υπηρεσίες, είναι σε διάφορες γλώσσες κ.λπ. Οι εφαρμογές υγείας είναι, περισσότερο από ποτέ, **εμπορεύματα**.

Περισσότερες από ένα εκατομμύριο εφαρμογές υγείας και ευεξίας είναι διαθέσιμες από τα καταστήματα εφαρμογών της Apple και της Google, ενώ καθημερινά προστίθενται και άλλες.

**Μπορείτε να σκεφτείτε κάποιον;**

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντανακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



Funded by  
the European Union

## Εφαρμογές υγείας και ευεξίας

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

*"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντνακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*



**Funded by  
the European Union**

Η μεγάλη ποικιλία των διαθέσιμων εφαρμογών γενικής υγείας και ευεξίας περιλαμβάνει εφαρμογές διατροφής όπως το LoseIt και το MyFitnessPal που σας βοηθούν να παρακολουθείτε τις διατροφικές και αθλητικές σας συνήθειες και να χάνετε βάρος, εφαρμογές γυμναστικής όπως το Strava, το Fitplan και το Aaptiv, εφαρμογές παρακολούθησης ύπνου όπως το Sleep Cycle και εφαρμογές ψυχικής ευεξίας όπως το Calm, το Headspace και το Happify. Ορισμένες από αυτές τις εφαρμογές έρχονται προεγκατεστημένες στα τηλέφωνα και παρακολουθούν τα βήματά σας, τους καρδιακούς παλμούς κ.λπ. και έχουν σχεδιαστεί για να χρησιμοποιούνται με ρολόγια, fitbits και άλλη φορητή τεχνολογία.



Αυτές είναι μακράν οι πιο συνηθισμένες εφαρμογές

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

*"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντανακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*



**Funded by  
the European Union**

## Εφαρμογές διαχείρισης υγείας

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

*"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντνακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*



**Funded by  
the European Union**

Αυτές οι εφαρμογές προσφέρουν συνήθως εργαλεία γενικής διαχείρισης της υγείας, όπως συσκευές παρακολούθησης φαρμάκων και υπενθυμίσεις, καθώς και λειτουργίες για συγκεκριμένες ασθένειες, όπως παρακολούθηση της γλυκόζης αίματος για άτομα με διαβήτη ή αναφορά αιμορραγικών συμβάντων για άτομα με αιμορροφιλία. Πολλές από αυτές τις εφαρμογές μπορούν επίσης να ρυθμιστούν ώστε να μοιράζονται πληροφορίες απευθείας με το γιατρό σας.

Για όσους αναζητούν μια εφαρμογή που θα σας βοηθήσει να διαχειριστείτε μια συγκεκριμένη ασθένεια, μια καλή πηγή συστάσεων θα ήταν οι εθνικές οργανώσεις που υποστηρίζουν τα άτομα με την εν λόγω πάθηση.

Λόγω έργων όπως αυτά, πολλά ιδρύματα διαθέτουν μία ή περισσότερες δικές τους εφαρμογές που σας βοηθούν να διαχειρίζεστε τις επισκέψεις, τις συνταγές και τον ηλεκτρονικό φάκελο υγείας σας.



**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**



**Funded by  
the European Union**

"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντανακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

# Εφαρμογές τηλεϊατρικής και τηλεϊατρικής

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

*"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντνακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*



**Funded by  
the European Union**

Οι εφαρμογές μπορούν να σας συνδέσουν απευθείας με έναν γιατρό για ένα εικονικό ραντεβού ή να σας βοηθήσουν να αναζητήσετε και να κλείσετε τοπικούς παρόχους υγειονομικής περίθαλψης για προσωπικές επισκέψεις. Οι εικονικές επισκέψεις στο γιατρό είναι μια πραγματικότητα για πολλούς μετά την πανδημία



**Συνολικά, χρησιμοποιείτε mHealth;**

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

*"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντνακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*



**Funded by  
the European Union**

## Δραστηριότητα: ελέγξτε το τηλέφωνό σας!

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

*"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντανακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*



**Funded by  
the European Union**



# Συμπεράσματα



Η mHealth είναι πολύ διαφορετική και υπάρχουν λύσεις για ΕΣΑΣ εκεί έξω.

Μπορείτε να σκεφτείτε κάποιους κινδύνους;

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

*"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντανακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*



**Funded by  
the European Union**



## Υπάρχουν 2 γενικοί κίνδυνοι:

- 1- απώλεια της ιδιωτικής ζωής
- 2- έλλειψη ποιοτικού ελέγχου

Υπάρχουν επίσης πολλά πλεονεκτήματα!

**Προσπαθήστε να σκεφτείτε κάποια**

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

*"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντνακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*



**Funded by  
the European Union**

# Πλεονεκτήματα

- 1-Προσωποποιημένο
- 2-ασφαλής
- 3-Καμία αναμονή
- 4-χαμηλό κόστος
- 5-Δυσάρεστο



Ας κάνουμε μια ανασκόπηση εδώ και ας ξανασυναντηθούμε στο....

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΥΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ  
ΥΓΕΙΑΣ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΑΠΟ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

*"Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση αντανακλά μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν φέρει ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*



**Funded by  
the European Union**