

Activitatea sesiunilor de microlearning  
ALFABETIZAREA ÎN DOMENIUL  
SĂNĂTĂȚII

**CITIZENS**  **ACCELERATOR**

# Activitatea 1: Găsiți, înțelegeți, utilizați!

## Obiectiv:

- Încurajați participanții să caute în mod independent informații legate de sănătate pe Internet, să estimeze înțelegerea informațiilor găsite și să evalueze fiabilitatea și calitatea acestora

## Materiale necesare:

- laptopuri / telefoane mobile
- Hartie
- Stilouri
- Descrierea situațiilor
- Verificare

## Durată:

- 30 minute

## Descriere:

Împărțiți participanții în trei grupuri<sup>1</sup>. Fiecărui grup ar trebui să i se atribue o situație (a se vedea "Situațiile" de mai jos) în care trebuie să găsească anumite informații legate de sănătate căutând pe internet. În timpul căutării, participanții ar trebui să urmeze lista de verificare (a se vedea "Lista de verificare" de mai jos) pentru a-i ajuta să evalueze fiabilitatea și calitatea site-urilor web și a informațiilor pe care le furnizează.

Pentru a aborda situația, participanții ar trebui:

- **Găsiți** informațiile relevante pentru situația lor și verificați dacă acestea sunt fiabile și de bună calitate.
- **Înțelegeți** informațiile găsite explicându-le sau definiții suplimentare, discutând informațiile cu alți colegi din grup sau cerând clarificări facilitatorului.
- **Utilizați** informațiile pentru a rezolva situația.

---

<sup>1</sup> În funcție de mărimea grupului, puteți împărți participanții în mai mult sau mai puțin de trei grupuri.

## Situații

### Situația 1: Dureri de stomac

Ați fost într-un restaurant mexican și acum aveți o durere moderată de stomac de la alimente picante pe care nu le mâncați de obicei. În loc să mergeți la medic, doriți să căutați pe Internet pentru a găsi informații despre ceea ce ați putea avea în propria casă, care ar putea ajuta la reducerea durerii.

1. Căutați informații utilizând telefonul mobil sau un laptop.
2. Când găsiți informații care ar putea fi utile, verificați fiabilitatea informațiilor și a site-ului web utilizând lista de verificare.
3. În cadrul grupului dvs., verificați dacă toată lumea înțelege informațiile pe care le-ați găsit. Dacă aveți nevoie de clarificări suplimentare, căutați definiții și explicații sau cereți facilitatorului să vă ajute.
4. Scrieți ce și cum ați folosi aceste informații pentru a vă ajuta să reduceți durerea de stomac.

### Situația 2: Ibuprofen

Aveți o durere gravă de spate și doriți să luați un medicament care vă va ajuta să reduceți durerea. La domiciliu, ați găsit doar Ibuprofen, dar nu sunteți sigur pentru ce este și dacă vă va ajuta cu durerea dumneavoastră.

1. Căutați informații despre medicament utilizând telefonul mobil sau laptopul.
2. Când găsiți informații care ar putea fi utile, verificați fiabilitatea informațiilor și a site-ului web utilizând lista de verificare.
3. În cadrul grupului dvs., verificați dacă toată lumea înțelege informațiile pe care le-ați găsit. Dacă aveți nevoie de clarificări suplimentare, căutați definiții și explicații sau cereți facilitatorului să vă ajute.
4. Dacă credeți că acest medicament nu este bun pentru durerile de spate, căutați pe Internet pentru a găsi un altul pe care îl puteți lua.
5. Notați ce medicament este cea mai bună opțiune pentru situația dumneavoastră.

### Situația 3: Medic de familie

V-ați mutat într-o țară nouă pentru un nou loc de muncă (*de exemplu, Augsburg, Germania*) și doriți să găsiți un medic de familie, dar nu știți cui să vă adresați pentru a vă ajuta. Ați decis să găsiți un medic căutând pe Internet.

1. Căutați informații utilizând telefonul mobil sau un laptop.
2. Când găsiți informații despre un anumit medic de familie, verificați fiabilitatea informațiilor și a site-ului web utilizând lista de verificare.
3. Dacă doriți să aflați ce cred alte persoane despre acest medic, verificați recenziile Google.
4. În cadrul grupului dvs., verificați dacă toată lumea înțelege informațiile pe care le-ați găsit. Dacă aveți nevoie de clarificări suplimentare, căutați definiții și explicații sau cereți facilitatorului să vă ajute.
5. Scrieți ce medic de familie ați alege și de ce.



## Verificare

<b>Autori/Furnizori</b>	Autorii informațiilor au calificarea (calificările) profesională (profesionale) enumerată(e).	<input type="checkbox"/>
<b>Scop</b>	Este clar din informații cui se adresează și în ce scopuri.	<input type="checkbox"/>
<b>Actualizate</b>	Puteți verifica dacă informațiile despre sănătate sunt actualizate de la data la care au fost create informațiile.	<input type="checkbox"/>
<b>Comprehensibilitate</b>	Informațiile despre sănătate sunt ușor de înțeles și clare. Termenii tehnici sunt explicați, iar faptele sunt prezentate neutru.	<input type="checkbox"/>
<b>Finanțare</b>	Finanțarea informațiilor (prin sponsori, clienți publicitari etc.) este dezvăluită.	<input type="checkbox"/>



# CITIZENS ACCELERATOR

**act:onaid**  
για έναν κόσμο πιο δίκαιο

**vhs**  
Volkshochschule  
im Landkreis Cham e.V.

**AONTAS** The Voice of  
Adult Learning

**dante** USTANOVA ZA  
OBRAZOVANJE ODRASLIH | ADULT  
EDUCATION  
INSTITUTION

 **acefir**  
associació catalana per l'educació, la formació i la recerca



  
**cesie**  
the world is only one creature

Asociatia **EUR** ADULT  
EDUCATION

 **mentortec**

"The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."

Project number:  
101087526



Atribuire – Necomercial - ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0)

#### You are free to:

Share — copy and redistribute the material in any medium or format  
Adapt — remix, transform, and build upon the material

The licensor cannot revoke these freedoms as long as you follow the license terms.

#### Notices:

You do not have to comply with the license for elements of the material in the public domain or where your use is permitted by an applicable exception or limitation.

No warranties are given. The license may not give you all of the permissions necessary for your intended use. For example, other rights such as publicity, privacy, or moral rights may limit how you use the material.

#### Under the following terms:

- Attribution — You must give appropriate credit, provide a link to the license, and indicate if changes were made. You may do so in any reasonable manner, but not in any way that suggests the licensor endorses you or your use.
- NonCommercial — You may not use the material for commercial purposes.
- ShareAlike — If you remix, transform, or build upon the material, you must distribute your contributions under the same license as the original.

No additional restrictions — You may not apply legal terms or technological measures that legally restrict others from doing anything the license permits.