



# Μια ψηφιακή δεκαετία που λειτουργεί για τους ανθρώπους: ψηφιοποίηση και ψυχική υγεία

Πανεπιστημιακή συνεδρία CONNECT σχετικά με το τι κάνει η ΕΕ για την προστασία των ανθρώπων και ιδίως των παιδιών από τους πιθανούς κινδύνους των ψηφιακών τεχνολογιών και των επιγραμμικών βλαβών



Η ψηφιακή κοινωνία και οι ψηφιακές τεχνολογίες φέρνουν μαζί τους νέους τρόπους επικοινωνίας, ψυχαγωγίας, εξερεύνησης και εκπλήρωσης φιλοδοξιών. Ο ψηφιακός μετασχηματισμός φέρνει πολλές προκλήσεις, ιδίως όσον αφορά την προστασία των ανθρώπων, ιδίως των παιδιών, στον ψηφιακό τομέα.

Οι πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης μπορούν να αποτελέσουν το σπίτι του επικίνδυνου κυβερνοεκφοβισμού και της διαδικτυακής παρενόχλησης. Ο εθιστικός χαρακτήρας ορισμένων ψηφιακών τεχνολογιών, όπως τα τυχερά παιχνίδια ή τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, μπορεί να συμβάλει σε προβλήματα ψυχικής υγείας και ο παρατεταμένος χρόνος στην οθόνη και η υπερβολική χρήση ψηφιακών συσκευών μπορούν να επιδεινώσουν το άγχος, την κατάθλιψη και τα συναισθήματα απομόνωσης.

Ενόψει της δημοσίευσης της έκθεσης για την τρίτη κατάσταση της ψηφιακής δεκαετίας, διοργανώνουμε ανοικτό εργαστήριο σχετικά με τη σύνδεση μεταξύ ψηφιακής και υγείας. Στόχος του εργαστηρίου είναι να επαληθεύσει κατά πόσον οι κανόνες της ΕΕ για τον μετριασμό του περιεχομένου είναι αρκετά σκληροί ώστε να προστατεύουν τους ανθρώπους από βλάβες στο διαδίκτυο και δυνητικά εθιστικές εφαρμογές.

## Δομή του εργαστηρίου

- **ΜΕΡΟΣ I: Ποια είναι η έκθεση για την κατάσταση της ψηφιακής δεκαετίας;**
  - *Eric Peters, ασκών χρέη προϊσταμένου μονάδας, Μονάδα Β2, ΓΔ CONNECT*
- **ΜΕΡΟΣ II: Λαμβάνοντας υπόψη την αυξανόμενη χρήση της ψηφιακής τεχνολογίας, ποια είναι τα (ψυχικά) ζητήματα υγείας που διακυβεύονται;**

◦ Δρ Ledia Lazëri, Περιφερειακή Σύμβουλος — Εμβληματική Ψυχική Υγεία, περιφερειακό γραφείο του ΠΟΥ για την Ευρώπη

• **ΜΕΡΟΣ III: Ποιοι είναι οι μηχανισμοί (στις πλατφόρμες/το διαδίκτυο) που προκαλούν τέτοια ζητήματα μεταξύ των ανθρώπων;**

◦ Fabrizio Esposito, Αναπληρωτής Καθηγητής, Νομική Σχολή της NOVA

• **ΜΕΡΟΣ IV: Τι γίνεται/μπορεί να γίνει από τους υπεύθυνους χάραξης πολιτικής (σε επίπεδο ΕΕ/κράτους μέλους); Πού είναι τα κενά;**

◦ Andrea Tognoni, υπάλληλος χειρισμού υποθέσεων — Νόμος για τις ψηφιακές υπηρεσίες, μονάδα G2, ΓΔ CONNECT

**Συμπέρασμα:** Mads Vigsø Bendtsen, Ακόλουθος Μέσων Ενημέρωσης και Τεχνολογίας, Μόνιμη Αντιπροσωπεία της Δανίας στην ΕΕ

**Συντονιστής:** Eline CHIVOT, Μονάδα B2, ΓΔ CONNECT

Πρόκειται για προϊόν αυτόματης μετάφρασης που παρέχεται από την υπηρεσία [eTranslation](#) της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για να σας βοηθήσει να κατανοήσετε αυτή τη σελίδα. [Παρακαλούμε να διαβάσετε τους όρους χρήσης](#) ([https://ec.europa.eu/info/use-machine-translation-europa-exclusion-liability\\_en](https://ec.europa.eu/info/use-machine-translation-europa-exclusion-liability_en)). Για να διαβάσετε την αρχική έκδοση, [επισκεφτείτε τη σελίδα πηγής](#) (<https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/events/digital-decade-works-people-digitalisation-and-mental-health>).

---

**Source URL:**

<https://digital-strategy.ec.europa.eu/events/digital-decade-works-people-digitalisation-and-mental-health>

© European Union, 2025 - [Shaping Europe's digital future](https://digital-strategy.ec.europa.eu/el) (<https://digital-strategy.ec.europa.eu/el>) - PDF generated on 29/03/2025

Reuse of this document is allowed, provided appropriate credit is given and any changes are indicated (Creative Commons Attribution 4.0 International license).

For any use or reproduction of elements that are not owned by the EU, permission may need to be sought directly from the respective right holders.