

Konspekt zajęć: Dezinformacja a zdrowie publiczne	
Grupa docelowa	uczniowie szkół ponadpodstawowych, studenci, dorośli uczestnicy warsztatów
Cel główny	uczestnik rozumie, czym jest dezinformacja i jak działa w obszarze zdrowia publicznego.
Cele szczegółowe	– uczestnik potrafi rozpoznać manipulacje językowe i emocjonalne; – uczestnik zna przykłady realnych konsekwencji dezinformacji zdrowotnej; – uczestnik rozwija umiejętność krytycznego myślenia i oceny źródeł informacji w celu obrony przed manipulacją.
Metody i formy pracy	– dyskusja moderowana; – analiza treści medialnych (FB, strony internetowe poświęcone „zdrowiu”); – metoda problemowa (analiza przypadków, praca w grupach).
Czas trwania zajęć	90 minut
Materiały, pomoce dydaktyczne	– projektor i komputer do prezentacji materiałów multimedialnych; – karty pracy dla ucznia; – dostęp do internetu (opcjonalnie).
Przebieg zajęć	1. Wprowadzenie 2. Analiza przykładów narracji dezinformacyjnych 3. Rozpoznawanie mechanizmów manipulacji 4. Ćwiczenia i quiz „fakt czy fake” 5. Podsumowanie i pomysły na przeciwdziałanie dezinformacji

Karta Pracy

Pytania wprowadzające

1. Skąd najczęściej czerpiesz informacje na temat zdrowia?
2. Czy każda informacja o zdrowiu w internecie jest wiarygodna?
3. Jak odróżnić wiedzę medyczną od opinii?
4. Jakie emocje najczęściej pojawiają się w materiałach dotyczących zdrowia? Strach? Nadzieja? Złość?
5. Czy emocje pomagają czy przeszkadzają w podejmowaniu decyzji zdrowotnych?
6. Czy można ufać emocjonalnym świadectwom np. „Moje dziecko zachorowało po szczepieniu”?

Ćwiczenie 1: Przeanalizuj fragmenty narracji dezinformacyjnych. Oceń, czy zawarte w nich twierdzenia są oparte na faktach, zawierają manipulację, jakie emocje wywołują i dlaczego.

1. Szczepionki przeciw COVID-19 zawierają mikroczipy do śledzenia ludzi.
2. Naturalne środki, jak czosnek czy witamina C, chronią przed COVID-19.
3. Szczepionki powodują autyzm.
4. Picie wybielacza (np. MMS) leczy COVID-19 lub raka.
5. COVID-19 to fikcja – nikt naprawdę nie umiera.
6. Firmy farmaceutyczne płacą lekarzom za przepisywanie konkretnych leków lub szczepień.
7. W 5G ukryte są fale, które osłabiają odporność i zwiększają ryzyko zachorowania.
8. Nie potrzebujemy lekarzy ani nauki – wszystko można leczyć energią, myślą, wodą.
9. Nie daj się zmanipulować! Obudź się, zanim będzie za późno!
10. Każdy, kto się szczepi, sam sobie szkodzi. Ja znam 5 osób, które zachorowały po szczepieniu.
11. Tylko idioci wierzą w te szczepienia. Ja wolę ufać naturze.
12. Eksperci mówią, że pandemia to zaplanowana akcja mająca na celu depopulację.

Zastanów się: Z którymi z tych narracji zetknąłeś się w internecie lub usłyszałeś od innych osób?

Ćwiczenie 2: Przeczytaj listę typowych mechanizmów manipulacji stosowanych w dezinformacji.

Podziel je na 4 grupy:

- Cherry picking (wybieranie tylko pasujących danych)
- Granat emocjonalny (strach, nadzieja, złość)
- Teoria spiskowa (ukryte działania, rzekome globalne plany)
- Mistyczne uproszczenia (wiara w cudowne rozwiązania)
- Podważanie autorytetu (np. lekarzy, naukowców, instytucji)
- Fałszywe powiązanie (związek przyczynowy bez podstaw)
- Nadmierna generalizacja (z jednego przypadku – ogólny wniosek)
- Anegdotyczne dowody (powoływanie się na pojedyncze historie)
- Efekt potwierdzenia (akceptacja treści zgodnych z przekonaniami)
- Pseudo-naukowy język (żargon udający wiedzę ekspercką)
- Mistyczne uproszczenia (wiara w cudowne, naturalne lub „energetyczne” metody) Sensacyjność przekazu (szokujące, skrajne twierdzenia przyciągające uwagę)

- Zaprzeczanie faktom (ignorowanie lub odrzucanie uznanych danych i dowodów)
- Lęk przed technologią i niewidzialnym zagrożeniem (obawy przed 5G, promieniowaniem, mikrochipami, AI)
- Wiara w naturę i proste rozwiązania
- Polaryzacja społeczna i radykalizacja opinii (podział „my kontra oni”, wzmacnianie podziałów)
- Autorytet (powoływanie się na ekspertów (prawdziwych lub fałszywych), by wzbudzić zaufanie)

Emocje – manipulują uczuciami, np. strachem, nadzieją, złością	Antynauka i mistyka – odrzucają naukę lub promują „cudowne” metody	Zaufanie społeczne – uderzają w lekarzy, instytucje, naukowców	Techniki przekonywania – udają dowody, ale nimi nie są (np. „moja znajoma tak miała”)

Który mechanizm uważasz za najskuteczniejszy w przyciąganiu uwagi?

Przypomnij sobie zdania z ćwiczenia 1 (narracje dezinformacyjne). Dopasuj do każdego zdania mechanizm manipulacji, który w nim występuje (czyli sposób, w jaki ktoś próbuje cię przekonać lub wprowadzić w błąd). Możesz wybrać więcej niż jeden mechanizm, jeśli uważasz, że pasuje.

Ćwiczenie 3: Poniżej prezentujemy cztery teksty zaczerpnięte z sieci dotyczące zdrowia. Każdy w grupie wybiera jeden z tekstów. Po przeczytaniu zastanów się:

- **jakie emocje wywołuje tekst,**
- **jaką technikę manipulacji zastosowano w tekście**
- **sformułuj pytania weryfikujące treść.**

Omówcie w grupie poszczególne przypadki i wybierzcie jeden do zaprezentowania na forum.

Tekst 1

Niezwykłe skuteczny w walce z chorobami takimi jak zapalenie wątroby, malaria, AIDS a nawet i autyzm...



Znany i stosowany jest w procesach uzdatniania wody oraz oczyszczania ścieków. Jest silniejszy niż chlor, dlatego też używa się go do dezynfekcji urządzeń sanitarnych. Działa konserwująco. Obecny jest w składach płynów do czyszczenia i odkażania soczewek kontaktowych, a także płynów do płukania jamy ustnej. Sporządzony w odpowiednich proporcjach roztwór może być używany do dezynfekcji owoców, warzyw i drobiu.

Co to za substancja, czy ma działanie lecznicze i czy w ogóle jest bezpieczny dla organizmu?

Uwielbiamy te kontrowersyjne preparaty! Jednym z nich jest chloryn sodu (MMS – Miracle Mineral Solution), około dziesięć lat temu został okrzyknięty jako Cudowny Suplement Mineralny, jednak mało osób o tym wie. Niestety powszechnie znany jest jako wybielacz. Świetnie sprawdza się w walce z trudnymi, zwłaszcza tłustymi plamami. [...]

Przyjrzyjmy się mu bliżej pod kątem zastosowania w leczeniu...

Jim Humble podczas ekspedycji poszukującej złota w Ameryce Południowej w 1996 roku odkrył, że MMS szybko przywrócił zdrowie ofiarom malarii. Jest autorem książki „Przełomowy Cudowny Suplement Mineralny”, w której opisuje, że chloryn sodu może mieć zastosowanie w medycynie niekonwencjonalnej, ponieważ w połączeniu z kwasem cytrynowym powstaje preparat charakteryzujący się działaniem antybakteryjnym. Twierdził, że stosując kurację chlorynem sodu wystarczą 2 dni, aby wyleczyć AIDS, a w przypadku malarii zaledwie 2 godziny. W jego opinii jest to także świetny sposób na usunięcie pleśni, wirusów, grzybów, pasożytów, a nawet komórek nowotworowych. Dodatkowa właściwość chlorynu sodu, to ochrona przed zwalczaniem astmy, opryszczki, kurczajki, chorób pasożytniczych i gruźlicy. Chloryn sodu pomaga także na stany zapalne, dziaśel, przy żółtaczce oraz miażdżycy, a dodatkowo podnosi odporność i wzmacnia organizm.

Ponadto preparat sprawdził się jako środek, który częściowo lub całkowicie zwalczył dolegliwości u tysięcy osób cierpiących na całą gamę chorób, takich jak rak, cukrzyca, zapalenie wątroby, borelioza, stwardnienie rozsiane, HIV, zapalenie stawów, autyzm, choroba refluksowa przełyku i wiele innych. MMS to utleniacze, które niszczą toksyny i zabijają patogeny poprzez oksydację, zaś bentonit wchłania toksyny oraz patogeny i usuwa je z organizmu. Kiedy patogeny zostaną zlikwidowane, a toksyny utlenione w ramach normalnego procesu eliminacji, organizm wypłukuje je, po czym może uleczyć się sam i odzyskać pełną sprawność. To dlatego MMS, glina bentonitowa czy DMSO i inne tego typu substancje w żaden sposób nie leczą ani nie uzdrawiają organizmu, jedynie wspierają samouzdrawienie organizmu, poprzez oczyszczenie go z toksyn!

MMS mineralne panaceum

MMS (Miracle Mineral Supplement, chloryn sodu) to mineralna substancja, która posiada właściwości przeciwbakteryjne i zdolność zwalczania wielu chorób. W dużym stopniu wpływa na regenerację systemu immunologicznego i wzmacnia organizm [...]. W Afryce środek ten uratował około 75 000 osób chorych na malarię. Wykazuje uzdrawiające właściwości bakteriobójcze i utleniające. Jest wykorzystywany do zwalczania wszelkiego rodzaju mikroorganizmów, w tym szkodliwych pleśni, wirusów, pasożytów, bakterii i grzybów. Już kilka kropel MMS jest w stanie oczyścić z nich około 1-2 litry wody. Szeroko stosowany do dezynfekcji. Ze względu na czystość

chemiczną stosowany jako odczynnik w laboratoriach. Posiada skuteczne działanie również w przypadku nowotworów, AIDS, wszystkich typów żółtaczk, cukrzycy, miażdżycy, każdego rodzaju grypy czy paradontozy. Jest skuteczny też przy wszelkiego rodzaju dolegliwościach skórnych, takich jak ropnie, opryszczka, kurczaki czy egzema, zwłaszcza, że można go stosować zewnętrznie.

Od czasu odkrycia Miracle Mineral Solution (MMS) świadomość istnienia tego środka wciąż rośnie i ma równie wielu zwolenników, co i przeciwników. Wiadomości zawarte w książce mają charakter ściśle informacyjny, a każdy z nas ma prawo sam wybrać swoją drogę powrotu do zdrowia. Przewodnik stosowania MMS zawiera uaktualnione informacje dotyczące dawkowania oraz instrukcje samodzielnego przygotowania tego roztworu... Sam autor przestrzegał, że podczas kuracji chlorynem sodu mogą występować efekty uboczne w postaci biegunki, mdłości i wymiotów, lecz nie należy się tym martwić, ponieważ to zupełnie normalna reakcja organizmu, która oznacza, że szkodliwe substancje zostały usunięte z organizmu, a choroba wyleczona. [...] Temat kontrowersyjny, ale niestety na czasie, bo wiele osób szuka pomocy... My stosujemy i żyjemy.

Źródło:

https://melanieherbs.pl/blog/70-Niezwykle_Skuteczny_w_Walce_z_Wieloma_Chorobami.html

Tekst 2

ZGŁOSZENIE NALEŻY WYPEŁNIĆ DŁUGOPISEM LUB NIEBISKIM KOLOREM W PRZYPADKU NIEPRAWIDŁOWYCH WYPEŁNIEŃ. ZOBACZ INFORMACJE O NADAWCY BEZ REZERWACJI W CENTRALNYM REJESTRZE SPRZECIWÓW.

Adresat: POLTRANSPLANT, Al. Jerozolimskie 87, 02-001 Warszawa
Wzrost: Poniżej i podpisano zgłoszenie??

ZGŁOSZENIE

Wnoszę o wpis w Centralnym Rejestrze Sprzeciwów, iż wyrażam sprzeciw na pobranie po śmierci komórek, tkanek i narządów.*

Wnoszę o skreślenie wpisu sprzeciwu w Centralnym Rejestrze Sprzeciwów na pobranie po śmierci, tkanek i narządów.*

A. DANE OSOBY, KTÓREJ ZGŁOSZENIE DOTYCZY**

1. Numer ewidencyjny PESEL	2. Nazwisko	3. Imię i nazwisko
4. Data i miejsce urodzenia	5. Data i miejsce urodzenia	6. Data i miejsce urodzenia

B. ADRES ZAMIESZKANIA OSOBY, KTÓREJ ZGŁOSZENIE DOTYCZY

7. Kod pocztowy	8. Miasto	9. Nr domu
10. Poczta	11. Ulica	12. Nr lokalu

C. ADRES DO KORESPONDENCJI**
wypełnia, gdy jest inny niż adres zamieszkania

13. Kod pocztowy	14. Miasto	15. Nr domu
16. Poczta	17. Ulica	18. Nr lokalu

D. DANE PRZEDSTAWICIELA USTAWOWEGO**

19. Numer ewidencyjny PESEL	20. Nazwisko	21. Imię i nazwisko
22. Data i miejsce urodzenia	23. Data i miejsce urodzenia	24. Data i miejsce urodzenia

* niepodpisane skreślić
** gdy stosunek (zobowiązanie) dotyczy osoby umierającej lub osoby, która nie ma pełnej zdolności do czynności prawnych, w zapisach „A”, „B” wpisuje się datę i miejsce, a w zapisach „C”, „D” datę i miejsce osoby, której dotyczy zgłoszenie.

Zdobycie informacji, że jest to (zgodnie z faktami) wyrażenie sprzeciwu (zobowiązanie) sprzeciwu w powyższej formie będzie skutkowało od daty wpisu (zobowiązania) w Centralnym Rejestrze Sprzeciwów. Data ta będzie uwzględniana w trybie automatycznym przez system centralnego rejestru. Wskazanie w 2. Rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 1 grudnia 2006 r. w sprawie sposobu prowadzenia centralnego rejestru sprzeciwów oraz sposobu udzielania informacji w tym rejestrze. (Dz.U. 228.1130).

Wypełnia Jednostka Organizacyjna:
• numer sprawy
• data rejestracji w systemie
• adresem e-mail
• podpisem operatora CRS

Poltransplant

Wpis na FB pani Prezes Zarządu Ogólnopolskiego Stowarzyszenia Wiedzy o Szczepieniach STOP NOP

BARDZO WAŻNE ! Ten dokument ratuje życie ! Nie czekaj, wydrukuj i wyślij natychmiast zachowując kopię !

Formularz zgłoszenia do Centralnego Rejestru Sprzeciwów

<https://linkXXX>

Zgłoszenie należy wypełnić wyraźnie, długopisem, piórem lub w komputerze podpisać i przesłać na adres: CENTRALNY REJESTR SPRZECIWÓW, Centrum Organizacyjno-Koordynacyjne ds. Transplantacji “Poltransplant” Al. Jerozolimskie 87, 02-001 WARSZAWA

Komentarz: “Pobiera się narządy od żywych dawców, od zmarłych nic nikt nie bierze bo już nie są ukrwione. Dlatego znieczuliła się pacjenta żywego do wycięcia narządów, bo pacjent stawia opory. Proszę poczytać.”

Do wpisu załączone jest Zgłoszenie sprzeciwu na pobranie po śmierci komórek, tkanek i narządów.

Źródło:

<https://www.facebook.com/photo?fbid=10229661960233616&set=a.10201348319890303>

Fact-checking:

https://demagog.org.pl/fake_news/przeszczep-od-zyjacych-pacjentow-organy-pobiera-sie-po-zgonie/

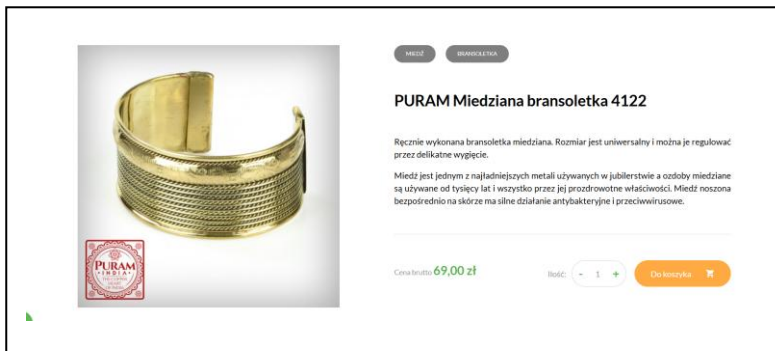
Tekst 3

Sklep internetowy czasopisma „Zdrowie bez leków” sprzedaje m.in. biżuterię miedzianą:

PURAM Miedziana bransoletka 4122

Ręcznie wykonana bransoletka miedziana. Rozmiar jest uniwersalny i można je regulować przez delikatne wygięcie.

Miedź jest jednym z najładniejszych metali używanych w jubilerstwie a ozdoby miedziane są używane od tysięcy lat i wszystko przez jej prozdrowotne właściwości. Miedź noszona bezpośrednio na skórze ma silne działanie antybakteryjne i przeciwwirusowe.



Starożytni przypisywali miedzi magiczne i uzdrawiające właściwości. Miedziane przedmioty podnoszą wibrację i zwiększają poziom energii i harmonizują działanie czakr. Miedź w połączeniu z jakimkolwiek kamieniem lub kryształem noszonym na ciele wzmocni jego działanie. Miedź

jest doskonałym przewodnikiem i to nie tylko w elektronice. Według starożytnych egipskich mędrców miedź poprawiała połączenie ciała fizycznego z ciałem duchowym.

Biżuteria miedziana ma szereg prozdrowotnych właściwości:

- poprawia krążenie krwi
- zwiększa dotlenienie organizmu
- wyostrza zmysły
- niszczy bakterie i wirusy
- jony miedzi przyczyniają się do redukcji nadwagi
- zmniejsza sztywność stawów
- łagodzi reumatyzm i artretyzm
- przyspiesza gojenie ran, oparzeń, zmniejsza trądzik

Właściwości нефizyczne:

- balansuje pracę czakr
- podnosi wibrację
- uspokaja i łagodzi negatywne stany emocjonalne
- osoby nadpobudliwe, nerwowe i wybuchowe będą spokojniejsze
- daje poczucie świeżości umysłu i kontroli

Źródło:

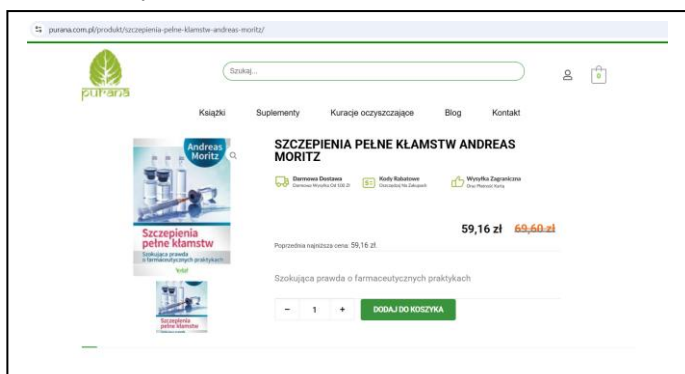
<https://www.zdrowiebezlekow.pl/>

Fact-checking:

https://demagog.org.pl/analizy_i_raporty/wydawcy-zdrowia-bez-lekow-od-nagonki-na-medycyne-po-zarabianie-na-pseudonauce/

Tekst 4

Oferta książki



Wszyscy byliśmy poddani szczepieniom ochronnym. Teraz to samo większość z nas funduje swoim dzieciom. Czy postępujemy jednak słusznie? Czy wszystkie szczepienia są konieczne? A jeśli część z nich może wręcz zaszkodzić? Komu tak naprawdę zależy, by prawda nie ujrzała światła dziennego i dlaczego tak się dzieje? Odpowiedzi na te kluczowe dla zdrowia

pytania udziela Autor międzynarodowych bestsellerów. W swojej budzącej kontrowersje książce ujawnia fałszywość tezy o bezpiecznych i zapobiegających chorobom szczepionkach, co dodatkowo potwierdza wynikami niezależnych badań. Jednocześnie odkrywa kolejne kłamstwa, którymi przemysł farmaceutyczny karmi nas od pokoleń. Poznaj statystyki świadczące o tym, że szczepionki wcale nie wypłeniły chorób zaraźliwych, w tym polio. Co więcej, wiele z nich zamiast podnosić wydajność układu odpornościowego, niszczy go. Autor ujawnia spowodowany w dużej mierze szczepieniami masowy wzrost liczby przypadków alergii, egzem, artretyzmu, refluksu żołądkowego, raka, cukrzycy, schorzeń nerek, licznych chorób neurologicznych i autoimmunologicznych oraz nagłej śmierci łóżeczkowej. Co więcej, udowadnia, że wśród zaszczepionych dzieci wystąpiło znacznie więcej przypadków astmy, ADHD i autyzmu niż u osób, którym szczepień nie podano. Z tej publikacji dowiesz się również, dlaczego większość szczepionek nie jest badana pod względem długoterminowego bezpieczeństwa, a ich niepożądane efekty nigdy nie zostają odnotowane oraz zrozumiesz czyje interesy są tym samym chronione. Poznaj prawdę i decyduj świadomie!

Źródło:

<https://purana.com.pl/produkt/szczepienia-pelne-klamstw-andreas-moritz/>

Fact-checking:

https://demagog.org.pl/analizy_i_raporty/wydawcy-zdrowia-bez-lekow-od-nagonki-na-medycyne-po-zarabianie-na-pseudonauce/

Ćwiczenie 4

Studium przypadku: „Szczepionki powodują autyzm” i skutki dezinformacji

Teza o związku między szczepionkami a autyzmem powstała na podstawie nierzetelnych badań Andrew Wakefielda z 1998 roku, opublikowanych w „The Lancet”. Publikacja została później wycofana, a Wakefield stracił prawo wykonywania zawodu za naruszenia etyki i fałszowanie danych.

Mimo braku dowodów naukowych, dezinformacja nadal się utrzymuje, głównie przez media społecznościowe, strony internetowe i środowiska promujące pseudomedycynę. Główne fałszywe twierdzenia to:

- szczepienia dzieci powodują autyzm,
- tiomersal (konserwant zawierający rtęć) wywołuje autyzm,
- szczepienia kobiet w ciąży powodują autyzm u dzieci.

Prawda: Wiele niezależnych badań wykazało brak jakiegokolwiek związku między szczepionkami a autyzmem. Nie potwierdzono także negatywnego wpływu tiomersalu.

Przyczyny trwałości mitu:

- lęk rodziców o zdrowie dzieci,
- brak wiedzy o autyzmie i jego przyczynach,
- podobieństwo objawów zatrucia rtęcią do symptomów autyzmu.

Skutki dezinformacji:

- spadek wyszczepialności i powrót chorób zakaźnych (np. krztusiec),
- zagrożenie dla osób, które nie mogą się szczepić,
- większe obciążenie systemu zdrowia,
- polaryzacja społeczna, konflikty i utrata zaufania do instytucji,
- irracjonalny lęk przed NOP (niepożądanymi odczynami poszczepiennymi).

Fakty naukowe:

Choć nadal nie znamy dokładnych przyczyn autyzmu (przypuszcza się podłoże wieloczynnikowe), znamy korzyści płynące ze szczepień, takie jak indywidualna ochrona przed chorobami i odporność zbiorowa.

Źródła:

NASK, Dezinformacja w temacie ochrony zdrowia. Analiza zjawiska.

<https://www.nask.pl/magazyn/dezinformacja-w-temacie-ochrony-zdrowia>

<https://szczepienia.pzh.gov.pl/wszystko-o-szczepieniach/co-to-jest-odpornosc-zbiorowiskowa/>

https://www.rynekzdrowia.pl/Polityka-zdrowotna/Blonica-krztusiec-polio-Zapomniane-choroby-zakazne-wracaja-do-Polski,270522,14.html#google_vignette

Pytania do dyskusji:

1. Czy udostępnianie niezweryfikowanych informacji zdrowotnych powinno być karane? Czy influencerzy powinni ponosić odpowiedzialność za treści zdrowotne, które promują?
2. Jakie narzędzia internetowe mogą pomóc w weryfikacji informacji? Czy je znasz?
3. Kto może zyskiwać na szerzeniu fałszywych informacji o zdrowiu?
4. Dlaczego niektórzy wolą wierzyć „znajomemu z Facebooka” niż lekarzowi?
5. Gdzie leży granica między wolnością słowa a odpowiedzialnością za dezinformację zdrowotną?
6. Jakie są konsekwencje społeczne braku zaufania do lekarzy i instytucji zdrowia publicznego?
7. Czy jesteśmy jako społeczeństwo odpowiednio przygotowani na obronę przed dezinformacją?

Ćwiczenie 5: Fakt czy fake? Uzasadnij odpowiedź

1. Antybiotyki leczą infekcje wirusowe.
2. Covid-19 to zwykła grypa.
3. Szczepionki to broń biologiczna.
4. Lek na raka wynaleziono dawno temu, ale firmy farmaceutyczne w obawie o utratę zysków nie dopuszczają go do szerokiego stosowania.

5. Szczepienia mogą mieć skutki uboczne.
6. Ufaj naturze. Naturalne = bezpieczne.

Ćwiczenie 6: Jak postąpisz w poniższych sytuacjach?

1. Ktoś w grupie powtarza fake na temat zdrowia.
2. Znajomy przesyła ci na WhatsAppie fake newsa.
3. Widzisz podejrzaną informację na TikToku.
4. Nie jesteś pewien wiarygodności strony internetowej.

Ćwiczenie 7: Praca w grupach: Zaprojektuj kampanię edukacyjną (np. na Instagrama lub TikToka) promującą krytyczne myślenie w temacie zdrowia.