UNIT 8-SOCIAL MEDIA

Glossary pages 94-98

PARAGRAPH 1		
better (good-better- the best)	καλύτερος	
worse (bad-worse-the worst)	χειρότερος	
adapted article	τροποποιημένος, προσαρμοσμένος, διασκευασμένος	changed ,modified rewritten for movie/play
vital	ζωτικής σημασίας, κρίσιμης σημασίας απαραίτητος, ζωτικός, κρίσιμος	necessary
tween	παιδί στην προεφηβεία	
impressive	εντυπωσιακός	
daily	καθημερινός-καθημερινά	
figure	αριθμός, νούμερο σώμα, σιλουέτα,	
build up	αυξάνομαι, γίνομαι πιο έντονος χτίζω, αναπτύσσω,	
trend	τάση, μόδα	
PARAGRAPH 2		
expose	εκθέτω	
worrying impact	ανησυχητική επίδραση/ αντίκτυπος	
mental health	πνευματική υγεία	
stay hot on the heels		
popularity	δημοτικότητα, το να είμαι δημοφιλής	
impact	επίδραση, αντίκτυπος	
unprecedented	μη προηγούμενος, πρωτοφανής	
currently	αυτή τη στιγμή, τώρα προς το παρόν	now, at present
gain	αποκτώ, κερδίζω	acquire
PARAGRAPH 3		
meteoric	μετεωρικός, ραγδαίος	
aspect	πλευρά, άποψη, διάσταση μορφή, όψη	
unclear	ασαφής,συγκεχυμένος	
causal	αιτιολογικός, που αποτελεί αίτιο	
direction	κατεύθυνση, διεύθυνση	
potential	πιθανός, ενδεχόμενος δυνατότητα	possible possibility
vicious circle	φαύλος κύκλος	
worsen	χειροτερεύω, επιδεινώνομαι	
associate sth/sb with sth/sb	συνδέω, συσχετίζω	
likelihood	πιθανότητα	
social isolation	κοινωνική απομόνωση	
PARAGRAPH 4		
interaction	επικοινωνία, αλληλεπίδραση, διάδραση	

fundamental	θεμελιώδης, βασικός	basic, essential
engagement	ενασχόληση	
indicator	δείκτης, φλας	sign, indication car: flashing signal
independent	ανεξάρτητος	
total amount	συνολικό ποσό, σύνολο, άθροισμα	overall quantity,sum
tech-free		
crucial	κρίσιμος	very important, essential
restful slumber	ξεκούραστος ύπνος	
PARAGRAPH 5		
factor	παράγοντας	
caution	προσοχή προειδοποίηση	carefulness, police warning
emit	εκπέμπω αναδίδω, αποπνέω	give out, expel let out
inhibit	περιορίζω, συγκρατώ δεν αφήνω κάποιον να εκφραστεί περιορίζω, καταστέλλω	 prevent self-expression constrain, repress
melatonin		
effectively	αποτελεσματικά	
nod off	με παίρνει ο ύπνος	
increase	αυξάνομαι, ανεβαίνω αύξηση	
switch sth off switch off	σβήνω, κλείνω σβήνω, κλείνω (μτφ)	turn off stop paying attention
obvious reason	εμφανής λόγος/αιτία/αιτιολογία/εξήγηση	
alluring	γοητευτικός, ελκυστικός	
PARAGRAPH 6		
merry-go-round merry-go-round	καρουζέλ φαύλος κύκλος	
interrelate	συσχετίζω, συνδέω, σχετίζομαι, συνδέομαι	
depression	κατάθλιψη	
sleep deprivation	στέρηση ύπνου	
mental health issues	θέματα ψυχικής υγείας	
PARAGRAPH 7		
lack	έλλειψη, ανεπάρκεια έλλειψη, σπανιότητα	shortage scarcity
side-effects	παρενέργειες	
linked to	είμαι συνδεδεμένος με	
increased	αυξημένος	
heart disease	καρδιοπάθεια	
obesity	παχυσαρκία	
academic performance	ακαδημαϊκός, σχολικός απόδοση, παράσταση	
affect	επηρεάζω, επιδρώ, θίγω	

adversely	αρνητικά	
adolescence	εφηβεία	
reaction time	χρόνος αντίδρασης	
substance use	χρήση ουσιών	
PARAGRAPH 8,9,10		
adverse	αρνητικός, δυσμενής, ανεπιθύμητος	negative, unpleasant
development	ανάπτυξη	
exacerbate	επιδεινώνω	
to lay awake	δεν μπορώ να κοιμηθώ	
drab	μουντός, άχρωμος	
to keep sb up	κρατώ κάποιον ξύπνιο	
combat	μάχη, αντιμάχομαι, μάχομαι	
downside	ελάττωμα, μειονέκτημα, αρνητικό	disadvantage
moderation in moderation	μετριοπάθεια, αυτοσυγκράτηση με μέτρο	
ring-fence	ορίζω συγκεκριμένη χρήση/σκοπό	
particular	συγκεκριμένος	
το distance yourself from	απομονώνομαι, απομακρύνομαι, κρατώ αποστάσεις	
set (adj)	σταθερός, προκαθορισμένος, συγκεκριμένος	
device	συσκευή τεχνική μέθοδος	
fluid situation	ρευστή κατάσταση	
bleeding	αιμορραγία	
buffer zone buffer=	ζώνη ασφάλειας αποσβεστήρας	 sth that absorbs impact
page 96-97 activities 3,4,5		
bad quality of sleep	κακή ποιότητα ύπνου	
lack of sleep	έλλειψη ύπνου	
interconnected	διασυνδεδεμένος	
emotional disorder	συναισθηματική διαταραχή	
emotional emotional problems	ευσυγκίνητος, ευαίσθητος, συναισθηματικός	
absence	απουσία	
absent	απών, απούσα	
resist	αντιστέκομαι	
allocate	κατανέμω, διανέμω διαθέτω	distribute, share assign,provide
allot	διατίθεμαι	
puberty	εφηβική ηλικία	
reduce reduction	μειώνω μείωση	
self-esteem	αυτοσεβασμός, αυτοεκτίμηση	
overuse of (social media)	υπερβολική χρήση	

alarming fact	ανησυχητικό γεγονός	
harmful	βλαβερός, επιβλαβής, επιζήμιος	
consequence	συνέπεια, επακόλουθο	
fragile	εύθραυστος, ευάλωτος	
conclusion	συμπέρασμα, πόρισμα	