



# MIG-DHL

Migrants Digital Health Literacy

## INTELLEKTUELLER OUTPUT 3: LEITFÄDEN FÜR TRAININGSEINHEITEN



VNIVERSITAT  
DE VALÈNCIA



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects 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: 2020-1-DE02-KA204-007679.

## INHALTSVERZEICHNIS

BESCHREIBUNG DES INTELLEKTUELLEN OUTPUTS 3	1
EINFÜHRUNG	5
DPTA_1 WAS IST DIGITALE GESUNDHEITSKOMPETENZ?	11

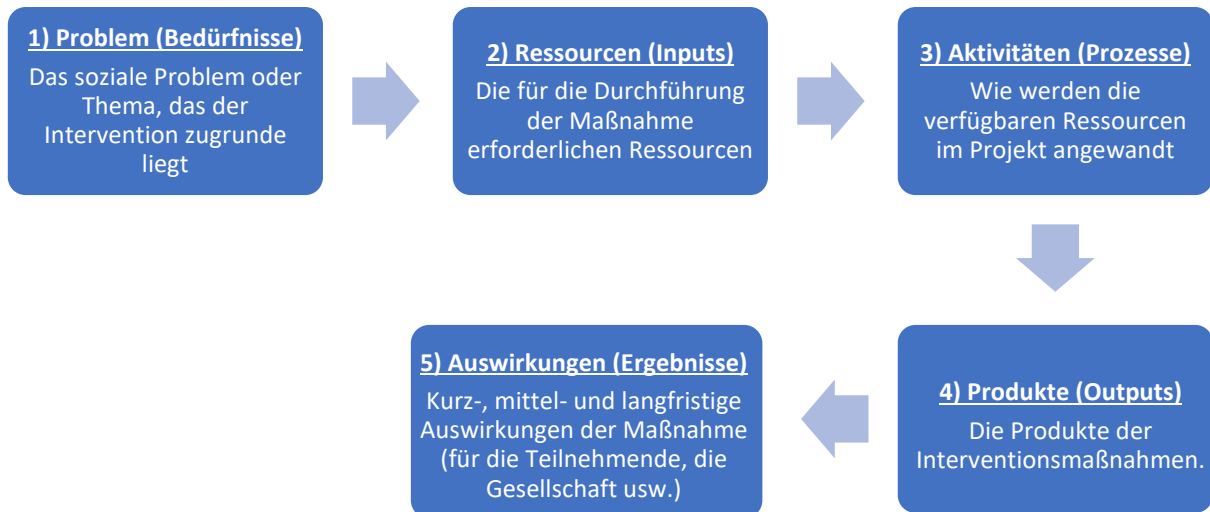
## BESCHREIBUNG DES INTELLEKTUELLEN OUTPUTS 3

Die im Folgenden zusammengestellten Leitfäden für Trainingseinheiten gehören zum ERASMUS+ Projekt "MIG-DHL: Entwicklung eines Trainingsprogramms zur Verbesserung der digitalen Gesundheitskompetenz von Migranten" (Ref. 2020-1-DE02-KA204-007679) und gehört zum intellektuellen Output 3 "Designed Practical Training Activities", koordiniert vom Polibienestar Research Institute -UVEG-. In den Leitfäden werden die Inhalte und die Methodik für die Endnutzer auf der Grundlage der vorangegangenen Co-Creation-Sitzungen, die während des Projekts durchgeführt wurden, vorgestellt. Das Hauptziel der Leitfäden besteht darin, die Inhalte, Methoden und Werkzeuge zu präsentieren, die für die Schaffung und Verbesserung der Kompetenzen von Migranten erforderlich sind, um ihre digitale Gesundheitskompetenz zu verbessern. Im weiteren Verlauf sind mit der Abkürzung DPTA (aus dem Englischen: Designed Practical Training Activities) die Leitfäden gemeint.

Um sicherzustellen, dass die Inhalte der Schulung auf die Ansprüche und Bedürfnisse der Zielgruppe passen, um die digitale Gesundheitskompetenz der Teilnehmenden zu verbessern, basieren die Leitlinien auf den Ergebnissen der Co-Creation Session, die im Intellektuellem Output 1 im Projekt durchgeführt wurden.:

Öffentliche Interventionen, wie die im Rahmen des MIG-DHL-Projekts vorgeschlagenen, sind mit einer mehr oder weniger expliziten Theorie darüber verbunden, wie Veränderungen herbeigeführt werden sollen, die das Problem oder die Situation, die Anlass für die Intervention ist, abschwächen oder verbessern werden. Die **Theorie des Wandels** (auch Interventionstheorie oder Programmtheorie genannt) ist die Kette von Hypothesen darüber, wie die für die Intervention bereitgestellten Ressourcen die Entwicklung von Aktivitäten ermöglichen sollen, deren Ergebnis bestimmte Produkte (Outputs) sein werden, die wiederum kurz-, mittel- und langfristige Vorteile für die Gesellschaft als Ganzes oder für die Zielpopulation der Politik oder des Programms (Wirkungen oder Ergebnisse) erzeugen werden.

Dieser theoretische Ansatz besteht aus den in der folgenden Abbildung dargestellten Elementen:



Die im Rahmen des MIG-DHL konzipierte Schulung zielt darauf ab, die digitale Gesundheitskompetenz von Migranten zu verbessern sowie weitere Unterstützungspersonen für Migranten (z.B. Peers, Gesundheitsfachkräfte, etc.) zu befähigen, Wissen zu diesem Themenbereich an Migranten weiterzugeben. Um dies zu erreichen, ist es notwendig, dass die Ressourcen und die Gestaltung der Aktivitäten, die zur Erreichung dieser Ziele durchgeführt werden, kohärent und angemessen sind. So sollten die Aktivitäten darauf abzielen, alle Dimensionen des Konzepts der digitalen Gesundheitskompetenz zu verbessern: Operative Fähigkeiten; Navigationsfähigkeiten; Informationssuche; Bewertung der Zuverlässigkeit; Bestimmung der Relevanz; Hinzufügen von Inhalten; Schutz der Privatsphäre, einschließlich der optimalen und orientierten Nutzung der entwickelten Schulungsmaterialien in realen Umgebungen. Somit lässt sich der vorab vorgestellte theoretische Ansatz wie folgt auf das Projekt MIG-DHL anwenden:

	INPUTS	AKTIVITÄTEN	OUTPUTS	KURZFRISTIGE AUSWIRKUNGEN	LANGFRISTIGE AUSWIRKUNGEN
<b>Definition</b>	Was wird für die Durchführung der geplanten Aktivitäten benötigt?	Was gibt es für Ressourcen, um die Ziele der Intervention zu erreichen?	Welche unmittelbaren Ergebnisse werden von den Aktivitäten erwartet?	Kurzfristige Veränderungen	Langfristige Veränderungen
<b>Beschreibung</b>	Räume, in denen Aktivitäten durchgeführt werden können. Digitale Geräte für Teilnehmende, damit sie dem Kurs folgen können. Personen, die die Schulung leiten. Trainingsmaterialien für den Kurs.	Trainingseinheiten für Migranten, die sich zunächst auf die Entwicklung grundlegender Gesundheitskompetenzen konzentrieren sowie bereichsübergreifende und gezielte Lektionen, die sich auf die Entwicklung jeder der sechs digitalen Gesundheitskompetenzen konzentrieren.	Geschulte Teilnehmende	Entwicklung von Gesundheitskompetenz und digitaler Gesundheitskompetenz	Verbesserung der Fähigkeit, mit der eigenen Gesundheit richtig umzugehen und digitale Geräte unabhängig und sicher zu nutzen, als eines der Schlüsselemente für die Integration und soziale Eingliederung von Migranten.
<b>Wichtige Hypothese</b>	...	Die Verfügbarkeit von materiellen und personellen Ressourcen	Die Teilnahme der Teilnehmenden an den beschriebenen	Die Teilnahme der Teilnehmenden an den beschriebenen Aktivitäten ermöglicht es	Die Nutzung elektronischer Geräte zur Verwaltung der eigenen Gesundheit wird in Zukunft noch

		ermöglicht es, die Aktivitäten für die Zielgruppen zu entwickeln.	benen Aktivitäten ermöglicht es, die digitale Gesundheitskompetenz zu schulen.	ihnen, die wichtigsten Fähigkeiten im Bereich der digitalen Gesundheitskompetenz zu entwickeln.	zunehmen und damit zu einem Schlüsselfaktor für die Integration und das soziale Wohlergehen von Migranten werden.
<b>Indikatoren</b>			Anzahl der geschulten Teilnehmenden	DHL-Umfrage	IPL-12-Umfrage

## EINFÜHRUNG

Die entworfenen Leitfäden für die Trainingseinheiten sind eine Reihe von konkreten Vorlagen, die von den Schulungsleitungen bei der Durchführung der Schulungsaktivitäten verwendet werden können. Sie enthalten unter anderem eine detaillierte Erläuterung der umzusetzenden Methodik, die Anzahl der empfohlenen Schulungsteilnehmenden, die Dauer, die benötigten Ressourcen, Empfehlungen für die Verwaltung der Sitzungen, sowie Hilfsmittel zur Durchführung der Sitzungen. Die in den Dokumenten enthaltenen konzipierten praktischen Schulungsaktivitäten sind als Standardansatz zu verstehen, der von den Schulungsleitungen in Bezug auf Dauer, Priorisierung und Abfolge der Inhalte oder Unterstützung durch die e-Training-Plattform an die jeweilige Zielgruppe angepasst werden muss. Am Ende dieses Dokuments sind eine Reihe von "Tipps für die Umsetzung" enthalten, die auf den direkten Erfahrungen während der Umsetzung der Pilotvalidierungsmaßnahmen des Projekts basieren und Empfehlungen für die richtige Anpassung dieser Leitfäden an verschiedene Umgebungen enthalten. Folgende Themen werden in den Schulungseinhalten behandelt:

- **DPTA 1.** Was ist digitale Gesundheitskompetenz?
- **DPTA 2.** Die wichtigsten Gesundheitsfragen bei der Ankunft in einem neuen Land
- **DPTA 3.** Das nationale Gesundheitssystem
- **DPTA 4.** Digitale Kompetenzen entwickeln
- **DPTA 5.** Das nationale Gesundheitssystem im Internet erkunden
- **DPTA 6.** Digitale Aktivitäten zu Gesundheitsthemen

Die derzeitige Struktur der vorgestellten DPTAs basiert auf dem folgenden **Grundgedanken**: **DPTA\_1** dient dazu, dass die Teilnehmenden das Ziel des Kurses und das Konzept, um das sich der Kurs dreht, kennenlernen: Digitale Gesundheitskompetenz. **DPTA\_2** konzentriert sich auf die kulturellen Unterschiede zwischen ihren Heimatländern und den Ländern, in denen sie sich befinden. **DPTA\_3** konzentriert sich auf die Entwicklung der Gesundheitskompetenz der Teilnehmenden in Bezug auf die Gesundheitsdienste des Gastlandes als Grundvoraussetzung für eine gute digitale Gesundheitskompetenz. Die Tatsache, dass die ersten beiden DPTAs sich nicht speziell auf die Entwicklung digitaler Gesundheitskompetenz konzentrieren, schließt nicht aus, dass diese Fähigkeiten nebenbei entwickelt werden, z.B. bei der Durchführung von Aktivitäten. Die folgenden DPTAs konzentrieren sich speziell auf die Entwicklung von digitalen Gesundheitskompetenzen: **DPTA\_4** konzentriert sich auf die Grundfertigkeiten (Operative Fertigkeiten; Navigationsfertigkeiten;

Informationssuche; Bewertung der Zuverlässigkeit) und **DPTA\_5** zielt darauf ab, auf praktische Weise zu testen, ob die Teilnehmenden die meisten der digitalen Gesundheitskompetenzen (Operative Fertigkeiten; Navigationsfertigkeiten; Informationssuche; Bewertung der Zuverlässigkeit; Bestimmung der Relevanz) erreicht haben. Die **DPTA\_6** wird sich auf die letzten Fähigkeiten im Bereich der digitalen Gesundheitskompetenz (Hinzufügen von Inhalten und Schutz der Privatsphäre) konzentrieren. Am Ende folgt eine abschließende Zusammenfassung des Kurses. Ziel ist es, dass die Teilnehmenden einerseits den Nutzen digitaler Gesundheitskompetenz verstehen, andererseits digitale Gesundheitskompetenz erlangen.

Der Schulungsleitung kann jedoch entscheiden, die Reihenfolge der Themen oder die Dauer der Sitzungen zu ändern, je nach den Eigenschaften/Profilen der Teilnehmenden. Einige Teilnehmende müssen vielleicht nicht die grundlegendsten digitalen Fähigkeiten entwickeln (wie man einen Computer bedient, wie man eine Internetrecherche durchführt), aber sie brauchen vielleicht eine eingehende Lektion darüber, welche Gesundheitsdienste sie in Anspruch nehmen können (höchstwahrscheinlich im Fall einer jungen Zielgruppe). Umgekehrt ist es möglich, eine Zielgruppe zu finden, die sich in der umgekehrten Situation befindet (mit "fortgeschrittenen" Kenntnissen über das nationale Gesundheitssystem, aber mit dem Bedarf, die grundlegendsten digitalen Fähigkeiten zu entwickeln). Die Schulungseinheiten sind daher flexibel konzipiert.

Die Schulungseinheiten wurden nach folgender Struktur entwickelt:

- Face-to-Face-Sitzungen, einschließlich theoretischer und vor allem praktischer Aktivitäten.
- Online-Training, einschließlich Aufgaben und anderer praktischer Aktivitäten, die unabhängig des Kurses durchgeführt werden können, um den Lernprozess zu unterstützen.

Jede Schulungseinheit ist also aus Präsenzeinheiten und online Aktivitäten zusammengesetzt. Was die Online-Sitzungen betrifft, so bedeutet die Tatsache, dass sie "online" genannt werden, nicht, dass alle Aktivitäten mit Online-Methoden oder über das Internet durchgeführt werden müssen. Das Ziel dieser Aktivitäten ist es, dass die Teilnehmenden die Präsenzveranstaltungen auf praktische Weise reflektieren und vertiefen sowie neue Inhalte und Fähigkeiten auf dynamische Weise erlernen können. Synonyme für Online-Sitzungen sind in diesem Zusammenhang Sitzungen außerhalb des Unterrichts, Offline-Sitzungen, Fernsitzungen, synchrone oder asynchrone Sitzungen.



Die Gesamtdauer des Trainingsprogramms beträgt ca. 38 Stunden und ist wie folgt auf Präsenzsitzungen und online-Sitzungen verteilt:

- Präsenzstunden: 27 Stunden.
- Online Sitzungen: 9 Stunden.

Die Anzahl der Stunden ist ein Richtwert. Ergebnisse aus dem Projekt deuten jedoch darauf hin, dass eine Gesamtdauer von 40 Stunden nicht überschritten werden sollte.



# MIG-DHL

Migrants Digital Health Literacy

## DPTA

### Modul 1

Was ist digitale Gesundheitskompetenz?

**Die Autoren:**

Carlos Serra, UVEG.

Dieser Leitfaden für Modul 1 ist Teil des MIG-DHL-Programms mit insgesamt 6 Lernmodulen, das im Rahmen der strategischen Erasmus+ Partnerschaft **MIG-DHL - Migrants Digital Health Literacy** entwickelt wurde.

### Die Ausbildungsinhalte auf einen Blick:

---

#### MIG-DHL Inhalt

Modul 1: Was ist digitale Gesundheitskompetenz?

Modul 2: Die wichtigsten Gesundheitsfragen bei der Ankunft in einem neuen Land

Modul 3: Das nationale Gesundheitssystem

**Modul 4: Digitale Kompetenz entwickeln**

Modul 5: Erkundung digitaler Gesundheitstools

Modul 6: Aktiv sein im digitalen Gesundheitsumfeld

Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage: <https://mig-dhl.eu/>

### Erklärung zum Urheberrecht:



Dieses Werk ist lizenziert unter einer Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License. Unter folgenden Bedingungen können Sie die Unterlagen verwenden:

- Teilen — das Material in jedwedem Format oder Medium vervielfältigen und weiterverbreiten
- Bearbeiten — das Material remixen, verändern und darauf aufbauen unter den folgenden Bedingungen:
- Namensnennung — Sie müssen angemessene Urheber- und Rechteangaben machen, einen Link zur Lizenz beifügen und angeben, ob Änderungen vorgenommen wurden. Diese Angaben dürfen in jeder angemessenen Art und Weise gemacht werden, allerdings nicht so, dass der Eindruck entsteht, der Lizenzgeber unterstütze gerade Sie oder Ihre Nutzung besonders.
- Nicht kommerziell — Sie dürfen das Material nicht für kommerzielle Zwecke nutzen.
- Weitergabe unter gleichen Bedingungen — Wenn Sie das Material remixen, verändern oder anderweitig direkt darauf aufbauen, dürfen Sie Ihre Beiträge nur unter derselben Lizenz wie das Original verbreiten.

## DPTA\_1 WAS IST DIGITALE GESUNDHEITSKOMPETENZ?

### Zielsetzungen:

- Einführung in die Schulungsinhalte
- Einführung in die wichtigsten Konzepte der digitalen Gesundheitskompetenz

### Teilnehmende:

- Migranten: Etwa 10 (neu zugewanderte) Migranten in jedem Land als Nutzende des Trainingsprogramms.
- Peers mit Migrationshintergrund (ca. 1-2): Peers mit Migrationshintergrund können sich aktiv an den beschriebenen Sitzungen beteiligen, da das Konzept von DHL nicht sehr weit verbreitet ist und sie von einer aktiven Teilnahme an der Einführungsveranstaltung profitieren können (ungeachtet der Tatsache, dass sie in bestimmten Fällen die Rolle der Auszubildenden übernehmen können).
- Fachkräfte des Gesundheitswesens (etwa 1-2): Die Einbindung von Fachkräften aus dem Gesundheitswesen kann auch in dieser Zielgruppe zur Verbreitung der digitalen Gesundheitskompetenz beitragen. Andererseits können Fachkräfte aufgrund ihrer Expertise einen ganz besonderen Beitrag zum Umgang mit der eigenen Gesundheit bringen. Es ist daher ratsam, Fachkräfte des Gesundheitswesens einzuladen, an den verschiedenen Sitzungen teilzunehmen und ihnen Zugang zu den Materialien und der Online-Plattform zu gewähren.

### Kompetenzen:

- Wissen über digitale Gesundheitskompetenz (für Migranten, Migrantenkollegen und Gesundheitsfachkräfte)
- Sensibilisierung für die Bedeutung der digitalen Gesundheitskompetenz für die Gesundheit von Migranten (für Migranten, Migrantenkollegen und Gesundheitsfachkräfte)

### Ausbildungsinhalte:

- Einführung in das Schulungsprogramm:
  - Das Programm Erasmus+
  - Überblick über das Projekt
  - Überblick, Ziele und Ablauf des gesamten Kurses

- Konzept von DHL
- DHL-Komponenten: Operative Fähigkeiten; Navigationsfähigkeiten; Informationssuche; Bewertung der Zuverlässigkeit; Bestimmung der Relevanz; Hinzufügen von Inhalten; Schutz der Privatsphäre.
- DHL Selbsterfahrung & Vorteile für Migranten
- DHL-Wortschatz

#### **Dauer der Sitzungen: 5'30 Stunden.**

- Präsenzsitzung: 4'30 Stunden (1 Sitzung von zweieinhalb Stunden, eine Sitzung von 2 Stunden)
- Online-Sitzung: 1 Stunde.

#### **Allgemeine Kompetenzen, die entwickelt werden**

- Soziale Kompetenzen
- Sprachkenntnisse
- Fähigkeit zur Teamarbeit
- Fähigkeiten zur Umsetzung theoretischer Inhalte in die Praxis.

#### **Methodik:**

- Aktiv und partizipativ
- Präsenzsitzung:
  - Dialog
  - Rollenspiel
  - Teamarbeit
- Online Sitzung:
  - Bereitstellung ausgewählter Videos
  - Praktische Umsetzung - durch Aufgaben - einiger im Unterricht vereinbarter Tipps.
  - Einige gemeinschaftliche Arbeiten

#### **Schulungsunterlagen:**

- Präsenzsitzungen:
  - PowerPoint-Präsentationen
  - Word-Dokumente. Erläuterung der wichtigsten Konzepte auf der PPT

- Ausgewählte Videos
- Umfrage
- Online-Sitzungen:
  - Online-Aufgaben auf der Trainingsplattform

## **PRÄSENZSITZUNG 1.1: LEITFADEN ZUR DURCHFÜHRUNG, DAUER UND MATERIALIEN (Tag 1)**

### **Aktion 1.1.1 Eröffnung**

Sobald die Teilnehmenden im Raum angekommen sind, stellt sich die Schulungsleitung vor. Es ist wichtig, darauf hinzuweisen, was die Rolle des Trainers während des Kurses sein wird. Die Schulungsleitung wird die Teilnehmenden darin schulen, digitale Gesundheitskompetenzen zu erwerben. Obwohl es vorkommen kann, dass die Schulungsleitung im Rahmen einiger Aktivitäten Fragen zu persönlichen und spezifischen Problemen der Teilnehmenden beantwortet, sollte die Schulungsleitung nicht die Rolle eines "Arztes" übernehmen, der alle persönlichen und spezifischen gesundheitsbezogenen Fragen der Teilnehmenden löst. Die Teilnehmenden sollten ermutigt werden, sich mit Fragen zu ihrem eigenen Gesundheitsmanagement so weit wie möglich selbständig und unabhängig auseinanderzusetzen.

Danach stellt die Schulungsleitung das Erasmus+ Programm vor und gibt einen Überblick über das Programm: Überblick, Ziele und Zeitplan der gesamten Schulung. Die Schulungsleitung stellt DPTA 1 vor, einschließlich der Ziele, Aktivitäten und der Planung. Dies (insbesondere die Einführung in das Programm Erasmus+) erfolgt auf leichte Art und Weise, in einfacher Sprache und unter Verwendung des Schulungsmaterials.

Anschließend stellen sich die Programtteilnehmenden vor. Für die Durchführung der Vorstellungsrunde können verschiedene Möglichkeiten gewählt werden:

- Falls sich die Teilnehmenden bereits kennen, können sie gebeten werden, sich dem Rest der Gruppe allgemein vorzustellen: Name, woher sie kommen, warum sie in dieses Land gekommen sind, welche Motivationen und Ziele sie in Bezug auf diesen Kurs haben, und persönliche Hobbys.

- Falls sich die Teilnehmenden nicht kennen, können sie sich zunächst in zweier Gruppen vorstellen und im Anschluss den gesamten Kursteilnehmenden.

Mit der Vorstellung der Teilnehmenden wird ein zweifaches Ziel verfolgt:

- 1) Schaffung einer freundlichen und sicheren Atmosphäre.
  - 2) Einen ersten Einblick in die Lebensumstände der Teilnehmenden zu erhalten, was für die Schulungsleitung für den weiteren Verlauf des Kurses nützlich sein kann.
- **Dauer:** 30 Minuten
  - **Material:** Modul 1 - 1.1.1 Einführung (PPT)

#### **Aktivität 1.1.2 Gruppenübung: Konzept der digitalen Gesundheitskompetenz**

Digitale Gesundheitskompetenz (Digital Health Literacy, DHL) ist die Fähigkeit, Gesundheitsinformationen aus elektronischen Quellen zu suchen, zu finden, zu verstehen und zu bewerten und das gewonnene Wissen zur Bewältigung oder Lösung eines Gesundheitsproblems anzuwenden (WHO Digital Health Literacy, 2017). Dieses Konzept wird in seinen verschiedenen Dimensionen auf eine äußerst praktische, aktive und partizipative Weise vorgestellt.

In diesem Zusammenhang wird empfohlen, dass die Schulungsleitung mit einer kurzen Definition (auf äußerst praktische Weise und mit Beispielen) dessen beginnt, was Gesundheitskompetenz bedeutet. Zu diesem Zweck werden zwei Aktivitäten durchgeführt: Bei Aktivität 1.2 fordert die Schulungsleitung die Teilnehmenden auf, darüber nachzudenken, wie sie mit ihrer eigenen Gesundheit umgehen und ob sie dafür digitale Mittel nutzen. Dazu wird eine Reihe von Fragen gestellt, um herauszufinden, was nach Meinung der Teilnehmenden ihre Ausgangsbasis in Bezug auf die verschiedenen Dimensionen der DHL ist.

Der spezifische Fragenkatalog wird als Schulungsmaterial entwickelt, aber ein Beispiel wird im Folgenden vorgestellt:

**Operative Fähigkeiten:** Wie einfach oder schwierig ist es für Sie,:

- (1) Ihren Computer und Webbrowser benutzen?
- (2) dies anderen zu zeigen/zu lehren/jemanden dazu anzuleiten, dies zu tun.



**Navigationsfähigkeiten:** Wie einfach oder schwierig ist es für Sie, sich im Internet zurechtzufinden?

**Informationssuche:** Wie einfach oder schwierig ist es für Sie, Informationen im Internet zu finden? (In Bezug auf Gesundheitsthemen, bestimmte Krankheiten usw.) Würden Sie sagen, Sie wissen, wie man im Internet nach Informationen sucht?

**Bewertung der Zuverlässigkeit:** Wenn Sie im Internet nach Gesundheitsinformationen suchen, fällt es Ihnen leicht/schwer zu entscheiden, ob die Informationen zuverlässig sind oder nicht?

**Bestimmung der Relevanz:** Wenn Sie im Internet nach Gesundheitsinformationen suchen, fällt es Ihnen dann leicht/schwer zwischen allen gefundenen Informationen zu wählen?

**Hinzufügen von Inhalten:** Haben Sie jemals einen Beitrag in einem online Forum zu gesundheitlichen Themen verfasst?

**Schutz der Privatsphäre:** Haben Sie jemals persönliche Gesundheitsdaten (Ihre oder die anderer) mit anderen im Internet geteilt??

Es empfiehlt sich, Ausdrücken wie "Danke" oder "Das war sehr nützlich" zu nutzen, um zu zeigen, dass die Beiträge der Teilnehmenden gut sind

- **Dauer:** 30 Minuten
- **Material:** Modul - 1.1.2 Gruppenaktivität: Konzept der digitalen Gesundheitskompetenz (PPT)

**Pause: 15 Minuten.**

### **Aktion 1.1.3 Gruppenaktivität: Praktisches Beispiel**

Anschließend wird von der Schulungsleitung folgendes Beispiel vorgestellt: "In den letzten Tagen habe ich Fieber und trockenen Husten gehabt. Ich möchte wissen, ob ich COVID-Symptome habe, aber ich weiß nicht, wie ich das herausfinden kann. Außerdem weiß ich nicht, was ich tun soll, wenn ich Symptome habe. Können Sie mir helfen, mein Problem zu lösen? Wie sollte ich im Internet nach Informationen suchen? Welche Website sollte ich wählen, um Informationen zu erhalten? Wie kann ich mich über die nächsten Schritte informieren?". Dieses Beispiel wird von der Schulungsleitung in der Ich-Version vorgestellt. Das Beispiel ist auch in den Trainingsmaterialien dargestellt.

- **Dauer:** 30 Minuten

- **Werkzeuge:** Modul 1 - 1.1.3 Praktisches Beispiel

*Während dieser Gruppendynamik sollte die Schulungsleitung Notizen machen und die Schlussfolgerungen der Aktivität präsentieren, die auf jeden Fall mit einer Präsentation des Konzepts von DHL (in all seinen Dimensionen) enden sollte. Abschließend sollte die Schulungsleitung eine Zusammenstellung der verschiedenen Dimensionen von DHL erstellen und eine Definition von DHL vornehmen.*

#### **Aktion 1.1.4 Abfrage des Vorwissens**

Den Teilnehmenden wird ein Fragebogen ausgehändigt, um Informationen über die Teilnehmenden hinsichtlich ihrer digitalen Gesundheitskompetenz und einige Daten zur Integration/sozialen Eingliederung zu sammeln. Auch wenn sich das Wissen der Teilnehmenden über das Konzept der digitalen Gesundheitskompetenz durch die Schulung verbessert hat, ist es besser, den Fragebogen am Ende der 1. Sitzung auszuhändigen, damit die Teilnehmenden den Kontext zu den Fragen erkennen und das Vokabular etwas besser verstehen können. Die Fragebögen werden am Ende des Trainings (nach der letzten DPTA\_6 Sitzung) nochmal ausgeteilt, um den Lernfortschritt der Teilnehmenden zu evaluieren.

- **Dauer:** 45 Minuten
- **Materialien:**
  - Modul 1 - 1.1.4 Umfrage zum Vorwissen (PPT)
  - Gedruckte Umfrage (Fragebogen)

#### **Aktion 1.1.5 Abschluss - Nachbesprechung**

Die Schulungsleitung fasst den Inhalt der Sitzung zusammen und versucht, mögliche Zweifel und Fragen zu klären. Die Schulungsleitung lädt die Teilnehmenden zur nächsten Präsenzsitzung ein. Die Schulungsleitung erklärt die Aktivitäten, die die Teilnehmenden außerhalb des Unterrichts durchführen sollen.

- **Dauer:** 10 Minuten.
- **Material:** Modul 1 - 1.1.5 Abschluss (PPT)

### **ONLINE-SITZUNG 1.1: LEITFADEN ZUR DURCHFÜHRUNG, DAUER UND MATERIALIEN**

Während der Woche reflektieren und analysieren die Teilnehmenden den Inhalt der ersten Präsenzsitzung und machen sich Notizen zu den wichtigsten Aspekten der behandelten Inhalte. Ziel ist es, dass die Teilnehmenden darüber nachdenken, was sie in der vorangegangenen Sitzung am wichtigsten fanden, um es in der nächsten Präsenzsitzung zu besprechen.

- **Dauer:** 30 Minuten
- **Werkzeug:** Zuordnung zur Plattform 1.1

Im Laufe der Woche sind die Teilnehmenden gefragt, eine Selbsteinschätzung ihrer Gesundheit vorzunehmen: Sie sollen darüber nachdenken, welche Aspekte ihrer Gesundheit sie als besonders wichtig und welche Aspekte sie als besonders problematisch im Umgang mit ihrer eigenen Gesundheit ansehen. Die Ergebnisse dieser Aktivität werden in der folgenden Präsenzsitzung besprochen. Ziel ist es, die Teilnehmenden in die Lage zu versetzen, zu erkennen, welche Gesundheitsthemen für sie am wichtigsten sind. Dies wird für die Schulungsleitung nützlich sein (da sie in der Lage sein werden, bestimmte Themen während des restlichen Trainings hervorzuheben) und für die Teilnehmenden selbst, um den Nutzen des Trainingsprogramms zu verdeutlichen.

- **Dauer:** 30 Minuten
- **Materialien:** Zuordnung zur Plattform 1.2

### **PRÄSENSITZUNG 1.2: RICHTLINIEN, DAUER UND MATERIALIEN (Tag 2)**

#### **Aktion 1.2.1 Einführung**

Sobald die Teilnehmenden im Klassenzimmer sind, stellt die Schulungsleitung die Ziele der Sitzung vor, einschließlich der Ziele, Aktivitäten und Planung.

- **Dauer:** 10 Minuten
- **Material:** Modul 1 - 1.2.1 Einführung in die Sitzung (PPT)

#### **Aktion 1.2.2 Besprechung der Hausaufgaben**

Diskussion über die während der Woche angestellten Überlegungen zu den Inhalten der Schulung.

Diskussion über die Überlegungen, die während der Woche zur Selbsteinschätzung der Gesundheit angestellt wurden. Die Schulungsleitung soll die Themen notieren, die die Teilnehmenden am meisten beschäftigen. Am Ende der Schulung soll dann im Rahmen einer praktische Aktivitäten die Suche nach verlässlichen Informationen über diese Themen durch die Nutzung digitaler Geräte erfolgen.

Es ist möglich, dass die Teilnehmenden die vorgeschlagenen Online-Aktivitäten nicht abgeschlossen oder durchgeführt haben. In diesem Fall können Sie die Sitzung damit beginnen, dass Sie sie an die wichtigsten Themen erinnern, die in der vorangegangenen Präsenzsitzung behandelt wurden, und sie fragen, was sie am wichtigsten fanden. Im Anschluss daran könnte eine Selbsteinschätzung der Gesundheit erfolgen, um herauszufinden, welche Themen (im Zusammenhang mit dem Gesundheitsmanagement) den Teilnehmenden am meisten am Herzen liegen.

Bitte bedenken Sie, dass diese Übung dazu führen kann, dass manche Menschen keine sensiblen Informationen über ihre Gesundheit preisgeben wollen. Diese Haltung muss respektiert werden.

- **Dauer:** 40 Minuten.
- **Material:** Modul 1 - 1.2.2 Zusammenführung der Hausaufgaben (PPT)

**Pause 10 Minuten.**

### **Aktivität 1.2.3 Management der eigenen Gesundheit**

Den Teilnehmenden werden Beispiele (s.h. Trainingsmaterial) für Handlungen von (erfundenen) Personen gegeben. Diese Personen versuchen in den Beispielen, ihre eigene Gesundheit und die Gesundheit anderer zu managen, tun dies aber nicht richtig. Die Teilnehmenden sollen in Zusammenarbeit (2er-Gruppen) diskutieren und verstehen, warum diese Personen sich nicht korrekt verhalten und warum sie grundlegende digitale Fähigkeiten für ein korrektes Management ihrer Gesundheit nutzen sollten. Die Ergebnisse werden im Anschluss mit der gesamten Gruppe besprochen.

- **Dauer:** 60 Minuten.
- **Material:** Modul 1 - 1.2.3 Wie man seine eigene Gesundheit managt (PPT)

### **Aktion 1.2.4 Abschluss - Nachbesprechung**

Die Schulungsleitung fasst zunächst den Inhalt der Sitzung zusammen und versucht, mögliche Zweifel und Fragen zu klären. Danach werden die Aufgaben der online Sitzung erklärt und die Teilnehmenden

werden zur nächsten Präsenzsitzung eingeladen. Zum Abschluss werden einige Inhalte von DPTA\_2 vorgestellt.

- **Dauer:** 10 Minuten.
- **Material:** Modul 1 - 1.2.4 Abschluss - Nachbesprechung (PPT)