

1

7

2

8

3

9

4

10

5

11

6



MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

<https://apps4health.eu/>

Modul 1 - Abschlussitzung (1.4)

Allgemeines Bewusstsein über die Relevanz von Selbstmanagement und Gesundheits-Apps



Partners

POLIBIENESTAR
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

UNIVERSITAT DE VALÈNCIA
VALENCIA, SPAIN
www.uv.es


OXFAM
Italia

OXFAM ITALIA INTERCULTURA
AREZZO, ITALY
www.oxfamitalia.org/

PROLEPSIS
INSTITUTE

PROLEPSIS
ATHENS, GREECE
www.prolepsis.gr

IAT
Institute for Work and Technology

WESTFALISCHE HOCHSCHULE GELSENKIRCHEN,
BOCHOLT, RECKLINGHAUSEN
GELSENKIRCHEN, GERMANY
www.w-hs.de


RESET

RESET
CYPRUS
www.resetcy.com


media k

media k GmbH
Bad Mergentheim, GERMANY
www.media-k.eu



connexions
ICT for Education and Social Impact

CONNEXIONS
ATHENS, GREECE
www.connexions.gr

coördina
Strategy and Sustainable Results

COORDINA ORGANIZACIÓN DE EMPRESAS Y
RECURSOS HUMANOS, S.L.
VALENCIA, SPAIN
coördina-oerh.com


AMSED

AMSED
STRASBOURG, FRANCE
www.amsed.fr





Ziele

- ✓ Mig-Health Apps Programm Zusammenfassung
- ✓ Gesundheits-Selbstmanagement Zusammenfassung
- ✓ Hauptbereiche des Programms



[Quelle: Bild von nuraghies auf Freepik](#)



1

Allgemeines Bewusstsein über die Relevanz von Selbstmanagement und Gesundheits-Apps

Kompetenzen

- ✓ Zusammenfassung der wichtigsten Erkenntnisse aus der ETA 1



[Bild von vectorjuice auf Freepik](#)

Mig Health Apps (1)

- Das Ziel des Mig-Health Apps Projekts ist es, die Kompetenzen von Migrant:innen im Umgang mit Gesundheits-Apps zu erhöhen.



Mig Health Apps (2)

- Das Trainingsprogramm ist in eine Reihe von "Erfahrungsbasierten Trainingsaktivitäten" strukturiert.

- **ETA1.** Allgemeines Bewusstsein über die Relevanz von Selbstmanagement und Gesundheits-Apps
- **ETA2.** Wie man nach Gesundheits-Apps sucht und sie auswählt
- **ETA3.** Gesundheits-Apps für körperliche Aktivität
- **ETA4.** Gesundheits-Apps für Ruheroutinen
- **ETA5.** Gesundheits-Apps für den Gebrauch von Substanzen
- **ETA6.** Gesundheits-Apps für Ernährung
- **ETA7.** Gesundheits-Apps für die Gesundheit von Frauen
- **ETA8.** Gesundheits-Apps für die Kinderbetreuung
- **ETA9.** Gesundheits-Apps für ältere Menschen
- **ETA10.** Gesundheits-Apps für psychische Gesundheitsprobleme
- **ETA11.** Apps für Gesundheitsdienstleistungen



Nutzung von Gesundheits-Apps

- Die Nutzung von Gesundheitsanwendungen hat in den letzten Jahren zugenommen und kann eine nützliche Ressource sein, um das Wohlbefinden von Migrant:innen zu verbessern.
- Gesundheits-Apps können die Gesundheit fördern und die primäre Krankheitsprävention unterstützen, Menschen mit chronischen Krankheiten dabei helfen, ihre medizinischen Zustände zu verwalten, die Therapietreue verbessern und die Autonomie der Patient:innen erhöhen.



Feedback geben & Diskussion

- Fanden Sie diesen Kurs **nützlich**?
- Denken Sie, dass Sie eine der Modul-Apps **verwenden** werden?
- Aus Ihrer Erfahrung heraus, halten Sie diese Anwendungen für **hilfreich**, um die Ziele **zu erreichen**?
- Können Sie eine **positive Erfahrung** kommentieren, die Sie mit der verwendeten Anwendung gemacht haben?





MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

Glückwunsch!
Sie haben dieses Modul
angeschlossen!

