



# MIG-HEALTH APPS

## Mobile Health Apps for Migrants

## Erfahrungsbasierte Trainingsaktivitäten

### ETA 2

Wie man Gesundheits-Apps sucht und auswählt

### Autoren

Jenny Wielga, Westfälische Hochschule - Institut Arbeit und Technik  
(Hauptbearbeiterin)

Karin Drda-Kühn, media k GmbH (Mitwirkende)



Gefördert durch die Europäische Union. Die in diesem Text geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die der Autor:innen und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.



### Erklärung zum Urheberrecht:



Dieses Werk ist lizenziert unter einer Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License. Sie dürfen es:

- weitergeben - Kopieren und Weiterverbreiten des Materials in jedem Medium oder Format
- anpassen – das Material verändern, umwandeln und darauf aufbauen

unter den folgenden Bedingungen:

- Namensnennung - Sie müssen eine angemessene Namensnennung vornehmen, einen Link auf die Lizenz setzen und angeben, ob Änderungen vorgenommen wurden. Sie können dies in jeder angemessenen Weise tun, jedoch nicht in einer Weise, die den Eindruck erweckt, dass der Lizenzgeber Sie oder Ihre Verwendung unterstützt.
- Nicht-kommerziell - Sie dürfen das Material nicht für kommerzielle Zwecke verwenden.
- ShareAlike - Wenn Sie das Material verändern, umwandeln oder darauf aufbauen, müssen Sie Ihre Beiträge unter der gleichen Lizenz wie das Original verbreiten.



## Inhalt

### 1 Über das Modul3

Ziele3

Teilnehmer und Rollen3

Lernergebnisse 3

Trainingsinhalte 3

Geschätzte Dauer**Σφάλμα! Δεν έχει οριστεί σελιδοδείκτης.**

Ressourcen**Σφάλμα! Δεν έχει οριστεί σελιδοδείκτης.**

### 2 Trainingsinhalt5

2.1 Unterrichtseinheit5

2.2 Erfahrungsbasierte Trainingseinheit7

2.3 Selbstlerneinheit unterstützt durch Online-Trainingstools**Σφάλμα! Δεν έχει οριστεί σελιδοδείκτης.**

2.4 Abschlusssitzung8



# 1 Über das Modul

---

## Ziele

Auf dem Markt gibt es eine Vielzahl von Gesundheits-Apps. Daher ist es wichtig zu wissen, wie man die App findet nach der man sucht. Neben der Suche nach Gesundheits-Apps ist es auch wichtig zu wissen, wie man eine vertrauenswürdige App auswählt. Gerade auch, weil Gesundheitsdaten besonders sensible Daten sind. Aus diesem Grund besteht das Hauptziel dieses Moduls darin, einerseits eine Anleitung für die Suche nach Gesundheits-Apps und andererseits eine Anleitung für die Auswahl von Gesundheits-Apps zu bieten. Dieses Wissen wird für die Arbeit an den anderen Modulen des Schulungsprogramms benötigt.

## Teilnehmer und Rollen

- Neu zugewanderte Migrant:innen; Lernende
- Migrants Peers; Lernende oder Trainer:innen, nachdem sie als Trainer:in geschult wurden. Wenn sie als Lernende teilnehmen, könnten sie eine Rolle bei der Unterstützung der Neuzuwandernden während des Ausbildungsprozesses spielen, einschließlich der Unterstützung bei der Überwindung von Sprachbarrieren
- Unterstützende: Lernende oder Trainer:innen nachdem sie als Trainer:in geschult wurden. Wenn sie als Lernende teilnehmen, könnten sie eine Rolle bei der Unterstützung der neu zugewanderten Migrant:innen während des Schulungsprozesses spielen, einschließlich der Unterstützung bei der Überwindung von Sprachbarrieren. Diese Zielgruppe besteht beispielsweise aus Sozialarbeitenden, Gesundheitsfachleuten oder Freiwilligen aus Organisationen, die Neuzuwandernde unterstützen.

## Lernziele

- Die Lernenden sind in der Lage, nach Gesundheits-Apps zu suchen, die für sie am relevantesten sind.
- Die Lernenden sind in der Lage, vertrauenswürdige und relevante Gesundheits-Apps auszuwählen.

## Trainingsinhalte

- Suche nach Gesundheits-Apps
- Auswählen von Gesundheits-Apps



## Geschätzte Dauer

- Unterrichtseinheit: 4 Stunden
- Selbstlerneinheit unterstützt durch Online-Trainingswerkzeuge: 1 Stunde
- Erfahrungsbasierte Trainingseinheit: 1 Stunde
- Abschlusssitzung: 0,5 Stunden

## Materialien

- Trainingsmaterialien: Powerpoint für die Unterrichtseinheit, Aufgaben, Quizfragen
- e-Schulungsplattform und App-Schulungstool
- Gesundheits-Apps: Beispiele von Gesundheits-Apps für verschiedene Bereiche und Funktionen
- Sonstiges: Ergänzende Lektüre, Videos („Youtube“), Inhalte und Hilfsmittel aus bestehenden Projekten.



## 2 Trainingsinhalt

### 2.1 Unterrichtseinheit

Abschnitt und Dauer	Inhalt
<p><b>2.1.1</b></p> <p><b>Einführung &amp; Präsentation</b></p> <p>15 Minuten</p>	<p>Der/Die Trainer:in stellt den Lernenden das Projekt und die Organisation des Trainingskurses vor.</p> <p>Die Lernenden stellen sich selbst vor und schildern ihre Fähigkeiten, einschließlich des Niveaus ihrer digitalen Grundkenntnisse.</p> <p>Material: Ppt. 2.1.1; Projektpräsentation</p>
<p><b>2.1.2</b></p> <p><b>Einführung in die Sitzung „Suche und Auswahl von Gesundheitsanwendungen“</b></p> <p>15 Minuten</p>	<p>Der/Die Trainer:in beginnt mit einem Überblick über die heutige Sitzung und stellt den Lernenden vor, warum es einige Kriterien für die Suche und Auswahl von Gesundheits-Apps gibt und gibt.</p> <p>Material: Ppt. 2.1.2; Einführung in die Sitzung „Suche und Auswahl von Gesundheits-Apps“</p>
<p><b>2.1.3</b></p> <p><b>Suche nach Gesundheits-Apps</b></p> <p>1,5 Stunden</p>	<p>Der/Die Trainer:in beginnt damit, die Lernenden zu fragen, wer bereits Gesundheits-Apps verwendet und welche Gesundheits-Apps verwendet werden.</p> <p>Danach werden die wichtigsten Gesundheitsbereiche, für die Gesundheits-Apps von Interesse sind, gesammelt. Dazu befragt der/die Trainer:in die Teilnehmenden und sammelt die Ergebnisse. Außerdem gibt der/die Trainer:in einige Beispiele für Gesundheits-Apps.</p> <p>Im nächsten Schritt wird erklärt, wo und wie man nach</p>



Abschnitt und Dauer	Inhalt
	<p>Gesundheits-Apps sucht. Der/Die Trainer:in zeigt die gängigen Quellen für die Suche nach Gesundheits-Apps und gibt einige Leitlinien für die Erstellung von Suchbegriffen.</p> <p>Aktivität: Gesundheits-Apps in den zuvor identifizierten Gesundheitsbereichen sollen von jeder Person gesucht werden.</p> <p>Material: Ppt. 2.1.3; Suche nach Gesundheits-Apps</p>
<p><b>Pause</b></p> <p>30 Minuten</p>	<p>Pause</p>
<p><b>2.1.4</b></p> <p><b>Gesundheits-Apps auswählen</b></p> <p>1,5 Stunden</p>	<p>Der/Die Trainer:in fragt die Teilnehmenden, ob sie eine Vorstellung von den Kriterien haben, die für die Auswahl von Gesundheits-Apps wichtig sind. Diese Kriterien sollten in einer Checkliste gesammelt werden. Wenn die Lernenden keine Idee haben, kann eine vorbereitete Checkliste gezeigt werden und der/die Trainer:in erklärt die verschiedenen Kriterien.</p> <p>Aktivität (Gruppenarbeit 3-5 Lernende): Im nächsten Schritt werden Beispiele für verschiedene Gesundheits-Apps gezeigt. Diese Apps haben unterschiedliche Stufen von Vertrauenswürdigkeit. Jede Gruppe soll diskutieren, welche Gesundheits-Apps sie in Bezug auf die zuvor entwickelte Checkliste auswählen würde. Die Ergebnisse werden im Plenum diskutiert.</p> <p>Nach dieser Gruppenaktivität soll jede Person die Gesundheits-Apps, die sie bei der Suche nach</p>



Abschnitt und Dauer	Inhalt
	<p>Gesundheits-Apps in Aktivität 1 gefunden hat, unter Berücksichtigung der Kriterien in der Checkliste überprüfen.</p> <p>Material: Ppt. 2.1.4; Gesundheits-Apps auswählen</p>
<b>2.1.5</b>  <b>Abschluss</b>  15 Minuten	<p>Der/Die Trainer:in fasst den Inhalt der Schulung zusammen, zieht eine Schlussfolgerung und erklärt die folgenden Schritte.</p>

## 2.2 Erfahrungsbasierte Trainingseinheit

Abschnitt und Dauer	Inhalt
<b>2.2</b>  <b>Interaktive Herausforderung für körperliche Aktivität</b>  1 Stunde	<p>Die Lernenden sollten sich selbst überlegen, welche Gesundheits-Apps für sie hilfreich wären, und die Bereiche aufschreiben, die für sie von Interesse sind. Danach werden sie gebeten, selbst nach Gesundheits-Apps in diesem Bereich zu suchen und eine Gesundheits-App auszuwählen, wobei sie die Kriterien für die Auswahl vertrauenswürdiger Gesundheits-Apps berücksichtigen sollen. Zum Schluss werden die Lernenden gebeten, kurz aufzuschreiben, warum sie diese spezielle App ausgewählt haben und sich dabei an den Kriterien zu orientieren.</p>





## 2.3 Selbstlerneinheit unterstützt durch Online-Trainingstools

Abschnitt und Dauer	Inhalt
<b>2.3</b> <b>Quiz</b> 1 Stunde	<p>Der/Die Trainer:in bittet die Lernenden, ein Quiz auf der e-Training-Plattform auszufüllen. Mit Hilfe des Quiz können die Lernenden überprüfen, ob sie die Hauptinhalte der Unterrichtseinheit 1.1 vollständig verstanden haben, insbesondere die Kriterien für die Auswahl von Gesundheits-Apps.</p> <p>Die Trainer:innen werden die Ausfüllung der Multiple-Choice-Fragen überprüfen und die Lernenden je nach ihren Hauptlücken unterstützen.</p> <p>Materialien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Quiz 2.3: e-Training Plattform</li> <li>▪ Auf der e-Training Plattform verfügbare Kommunikationswerkzeuge</li> </ul>

## 2.4 Abschlusssitzung

Schritte und Dauer	Inhalt
<b>2.4.</b> <b>Abschluss</b> 1 Stunde	<p>Dieser Teil enthält eine Zusammenfassung der wichtigsten Erkenntnisse aus der Schulung. Die Trainer:innen moderieren eine Diskussion, die auf den individuellen Erfahrungen während der Selbstlern- und Erfahrungstrainingseinheiten basiert, um Schlussfolgerungen über die wahrgenommenen Vorteile von Gesundheits-Apps zu ziehen.</p>



Materialien:

- PPT
- Online-Schulungsplattform
- In der e-Training-Plattform verfügbare Kommunikationsmittel