



MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

Erfahrungsbasierte Trainingsaktivitäten

ETA 8

Gesundheitsapps für die Säuglingspflege

Autoren

Laura Llop Medina, Polibienestar Forschungsinstitut, UVEG

Alfonso Gallego Valadés, Polibienestar Forschungsinstitut, UVEG

Guillem Part Lopez, Polibienestar Forschungsinstitut, UVEG



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

Ziele3

Teilnehmer und Rollen3

Lernziele3

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

Geschätzte Dauer4

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

2 Trainingsinhalt5

2.1 Unterrichtseinheit5

2.2 Erfahrungsbasierte Trainingseinheit7

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

2.4 Abschlusssitzung 9

3 Literaturverzeichnis10

4 Anhang – 1111



1 Über das Modul

Ziele

Die Erfahrungsbasierte Trainingsaktivität 8 über Gesundheitsanwendungen für die Säuglingspflege ist ein umfassender Block, der sich damit beschäftigt, was ein Neugeborenes ist und mit der Neugeborenen Periode, d. h. dem Zeitraum, der ersten vier Wochen im Leben eines Babys, in dem viele abrupte Veränderungen auftreten (Goyal, 2020). Außerdem sollen Informationen über das Stillen und die verschiedenen Arten des Stillens sowie über die Beikost vermittelt werden, die dem Kind in den ersten Lebensjahren angeboten werden sollte. Ein weiterer Aspekt, der in diesem Block behandelt wird, sind die Schlafgewohnheiten von Neugeborenen und die Probleme, die entstehen können, wenn diese nicht richtig eingehalten werden. Schließlich werden verschiedene Anwendungen im Zusammenhang mit Neugeborenen und ihrer Pflege vorgestellt, die die Lernenden unterscheiden können und deren Merkmale kennen müssen. Alle Kompetenzen werden durch Erklärungsvideos, praktische Übungen und interaktive Sitzungen vermittelt.

Teilnehmer und Rollen

- Neu zugewanderte Migrant:innen; Lernende. Migrant:innen, die vor kurzem Eltern geworden sind oder es werden wollen.
- Peers von Migrant:innen; Lernende oder Trainer:innen nach der Schulung zum/zur Trainer:in. Wenn sie als Trainer:in teilnehmen, könnten sie eine Rolle bei der Unterstützung der neu ankommenden Migrant:innen während des Trainingsprozesses spielen, einschließlich der Unterstützung bei der Überwindung von Sprachbarrieren.
- Unterstützende: Lernende oder Trainer:innen nach der Schulung zum/zur Trainer:in. Wenn sie als Trainer:in teilnehmen, könnten sie die Rolle der Unterstützung der Neuzuwanderer während des Trainingsprozesses übernehmen, einschließlich der Unterstützung bei der Überwindung von Sprachbarrieren.

Lernergebnisse

- Die Lernenden erwerben grundlegende Kenntnisse über Neugeborene und ihre Eigenschaften.
- Die Lernenden erwerben Kenntnisse über die Bedeutung des Stillens und der Beikost.
- Die Lernenden erwerben Kenntnisse über die Bedeutung von Schlafgewohnheiten.

ETA 8 - Gesundheitsapps für die Säuglingspflege



- Die Lernenden kennen die Anwendungen im Zusammenhang mit Neugeborenen und ihren Merkmalen (tägliche Aufzeichnung, Fütterung, pädiatrische Beratung, Arten des Weinens, Schlaf- und Stillgewohnheiten) und lernen, sie angemessen zu nutzen.

Trainingsinhalte

- Was sind Neugeborene?
- Arten von Neugeborenen
- Merkmale von Neugeborenen

Geschätzte Dauer

- Unterrichtseinheit: 3:00 Stunden
- Selbstlerneinheit unterstützt durch Online-Trainingstools: 1:30 Stunden
- Erfahrungsbasierte Trainingseinheit: 2:30 Stunden

Material

- Trainingsmaterial: PPT für didaktische Sitzungen
- Trainingsmaterial: Aktivitäten, Kahoot und Quiz
- Online-plattform
- Gesundheitsanwendungen für Neugeborene
- Sonstiges: Video ("Youtube")



2 Trainingsinhalt

2.1 Unterrichtseinheit

Abschnitt und Dauer	Inhalt
8.1.1 Einleitung: Neugeborenes Baby 50 Minuten	<p>Der/Die Trainer:in wird die Lernenden in das Projekt einführen und die grundlegenden Konzepte vorstellen.</p> <p>In dieser Sitzung werden die folgenden Abschnitte vorgestellt:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kurze Einführung in das Projekt - Einführende Aktivität - Was sind Neugeborene? - Arten von Neugeborenen je nach Schwangerschaftsdauer - Merkmale von Neugeborenen anhand eines Erklärungsvideos. <p>Material: PPT</p>
8.1.2 Stillen und Füttern 50 Minuten	<p>Der/Die Trainer:in wird Informationen über das Stillen und die Ernährung in den ersten Lebensjahren ihrer Kinder präsentieren, die für die Nutzenden von Interesse sind.</p> <p>In dieser Sitzung werden Themen behandelt wie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Was ist Stillen und welche Vorteile hat es? - Alternativen zum Stillen - Ergänzende Ernährung - Aktivität zur Zusammenfassung der Konzepte. Die Teilnehmenden werden in Gruppen von 3 bis 4 Personen eingeteilt, und der/die Trainer:in gibt ihnen ein Blatt Papier mit einer Tabelle, auf der mehrere Fälle von Kindern unterschiedlichen Alters abgebildet sind. Die Gruppe muss diskutieren und aufschreiben, welche Lebensmittel sie zu diesem Zeitpunkt der Entwicklung für am besten geeignet halten und auf welche Weise sie ihnen gegeben werden



Abschnitt und Dauer	Inhalt
	<p>sollten.</p> <p>Material: PPT</p>
<p>8.1.3</p> <p>Schlafgewohnheiten</p> <p>50 Minuten</p>	<p>Der/Die Trainer:in wird auf die Bedeutung guter Schlafgewohnheiten bei Neugeborenen eingehen.</p> <p>In dieser Sitzung werden Themen wie z. B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die Bedeutung der Schlafgewohnheiten von Neugeborenen. - Empfehlungen für die Schlafdauer in verschiedenen Altersstufen - Probleme, die entstehen können, wenn keine guten Schlafroutinen vorhanden sind <p>Debatte, in der der/die Trainer:in Fälle von Kindern unterschiedlichen Alters und die Anzahl der Stunden, die sie pro Tag schlafen, vorstellt, so dass die Lernenden die realistischen Fälle kommentieren und die möglichen Probleme in der Gruppe lösen können. Hilfsmittel: PPT</p> <p>Material: PPT</p>
<p>8.1.4</p> <p>Gesundheitsanwendungen für Neugeborene</p> <p>60 Minuten</p>	<p>Der/Die Trainer:in stellt die verschiedenen Anwendungen für Neugeborene und die von ihnen abgedeckten Bereiche vor (Tagesprotokoll, Fütterung, pädiatrische Beratung, Arten des Weinens, Schlafgewohnheiten und Stillen).</p> <p>Sobald die Funktionen der verschiedenen Apps vorgestellt wurden, wird ein Kahoot durchgeführt. Die Aktivität besteht aus mehreren Runden, in denen in jeder Runde ein Merkmal einer der Anwendungen und mehrere alternative Antworten vorgestellt werden. Alle Lernenden müssen antworten, welche Anwendung seiner/ihrer Meinung nach diejenige ist, in der diese Eigenschaft vorhanden ist. Diese Übung dient dazu, die Teilnehmenden mit den Anwendungen vertraut zu machen.</p> <p>Material: PPT</p>



Abschnitt und Dauer	Inhalt
8.1.5 Bewertung und Abschluss 50 Minuten	<p>Der/Die Trainer:in gibt eine kurze Zusammenfassung der Aspekte, die während der Sitzungen gesehen wurden. Die Lernenden sitzen in einem Kreis und jede/r sagt seine/ihre Meinung dazu, was er/sie von den Sitzungen gehalten hat, was er/sie gelernt hat und ob er/sie die gezeigten Anwendungen für nützlich hält.</p> <p>Abschließend wird ein Fragebogen zur Zufriedenheit ausgeteilt und der/die Trainer:in bedankt sich bei allen für die Teilnahme an den Sitzungen.</p> <p>Material: PPT</p>

2.2 Erfahrungsbasierte Trainingseinheit

Abschnitt und Dauer	Inhalt
8.2 Säuglingspflege Interaktive Herausforderung 2:30 Stunden	<p>Der/Die Trainer:in bittet die Lernenden, an einer Aufgabe teilzunehmen, bei der sie eine App im Zusammenhang mit Neugeborenen verwenden müssen. Der/Die Trainer:in erklärt, wie man das macht und was die Bestandteile sind.</p> <p>Die Aktivität wird wie folgt erarbeitet:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Der/Die Trainer:in lädt auf der Online-Plattform Schritt für Schritt hoch, wie die Aktivität durchgeführt werden muss, so dass die Nutzenden sie in ihrem eigenen Tempo und von zu Hause aus durchführen können. - Die Lernenden wählen die App für Neugeborene aus, die sie für den Moment der Erziehung, in dem sie sich befinden, für am besten geeignet halten. - Nachdem sie die App heruntergeladen haben, müssen sie sie an drei Tagen innerhalb einer Woche für etwa 30 Minuten nutzen. - Nachdem sie die App eine Woche lang genutzt haben, sollen



Abschnitt und Dauer	Inhalt
	<p>die Lernenden auf der Online-Plattform kommentieren, was sie von der Anwendung halten, und die positiven und negativen Aspekte, die ihnen aufgefallen sind, angeben.</p> <p>Mit dieser Aktivität kann der/die Trainer:in beurteilen, ob die Lernenden wissen, wie sie die App entsprechend den Zielen und den Aspekten, die sie bei ihrem Neugeborenen zu überwachen beabsichtigen, angemessen nutzen können.</p> <p>Material: Online-Plattform, PPT und Mobil.</p>



2.3 Selbstlerneinheit unterstützt durch Online-Trainingstools

Abschnitt und Dauer	Inhalt
8.3 Selbsteinschätzung 1:30 Stunden	<p>Der Trainer bittet um das Ausfüllen eines Fragebogens auf der E-Learning-Plattform. Dieser Fragebogen dient der Bewertung:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bedeutung der psychischen Gesundheit und ihre Auswirkungen auf das Leben eines Menschen. ▪ Emotionen differenzieren ▪ Kenntnis der Techniken zur Emotionsregulierung und ihrer Merkmale. <p>Auf der Grundlage der Ergebnisse wird der/die Trainer:in jedem Nutzenden bei den Aspekten helfen, mit denen sie mehr Schwierigkeiten haben.</p> <p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Quizfragen (PPT) ▪ Online-Trainingsplattform

Με σχόλια [HS1]: Translated from the english version, which probably contains the wrong text as it should be about childcare not mental health

2.4 Abschlusssitzung

Abschnitt und Dauer	Inhalt
8.4 Abschluss 1:30 Stunden	<p>Dieser Teil enthält eine Zusammenfassung der wichtigsten Erkenntnisse aus der Schulung. Die Trainer:innen moderieren eine Diskussion auf der Grundlage der individuellen Erfahrungen während der Selbstlern- und Erfahrungseinheit, um Schlussfolgerungen über den wahrgenommenen Nutzen von Gesundheits-Apps für die</p>



Kinderbetreuung zu ziehen.

Material:

- PPT

3 Literaturverzeichnis

Cannizzaro, C., y Paladino, M. (2011). Fisiología y fisiopatología de la adaptación neonatal. *Anestesia, Analgesia y Reanimación*, 24(1), 59-74.

Goyal NK. The newborn infant. In: Kliegman RM, St. Geme JW, Blum NJ, Shah SS, Tasker RC, Wilson KM, eds. *Nelson Textbook of Pediatrics*. 21st ed. Philadelphia, PA: Elsevier; 2020:chap 113.

KidsHealth.Parents.BreastfeedingvsFormula Feeding. 2018.
<https://kidshealth.org/en/parents/breast-bottle-feeding.html>

Younger, J., y Noble, L. (2022). Policy Statement: Breastfeeding and the Use of Human Milk. *American Academy of Pediatrics*, 150(1). <https://doi.org/10.1542/peds.2022-057988>

World Health Organisation. Premature births. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/preterm-birth>



4 Anhang – Apps für die Kinderbetreuung

Name	Betreiber	Land	Kosten	Plattform (Link)	Zielgruppe	Beschreibung
My Baby - Baby Diary	Aleksei Neiman		Kostenlos	IOS https://apps.apple.com/es/app/mi-beb%C3%A9-diario-del-beb%C3%A9/id1439575933	Zum ersten Mal Eltern	Es hilft, die Schlafzeiten, das Stillen, die Fütterungszeiten und den Windelwechsel festzuhalten. Auch Gesundheitsdaten (Temperatur, Impfungen, Arztbesuche usw.).
Baby Tracker	Altania del Mar, s.l.		Kostenlos	Android https://play.google.com/store/apps/details?id=com.nighp.babytracker_android&hl=es&gl=US	Zum ersten Mal Eltern	Tägliche Überwachung von Gewohnheiten, Gesundheit, Schlafverhalten, Windelwechsel, Füttern...
Pediamécum AEP	Spanish Association of Paediatrics		Kostenlos	Android https://play.google.com/store/apps/details?id=com.pediamecum.app&hl=en_US	Zum ersten Mal Eltern	Anwendung mit aktuellen Informationen zu pädiatrischen Themen, die Eltern abrufen können

ETA 10 - Gesundheits-Apps für psychische Probleme



Name	Betreiber	Land	Kosten	Plattform (Link)	Zielgruppe	Beschreibung
				IOS https://apps.apple.com/es/app/pediamécum-aep/id1469867687		
Milk Time - Timer for nursing	Mocology		Kostenlos	IOS https://apps.apple.com/us/app/milk-time-timer-for-nursing/id1092964544 Android https://play.google.com/store/apps/details?id=com.mocology.milktime&hl=es&q=US	Zum ersten Mal Eltern	Ermöglicht die einfache Überwachung von Stillen, Milch, Windelwechsel und Schlaf.
BLW Ideas	BLW Social PTE. LTD		Kostenlos	IOS https://apps.apple.com/co/app/blw-ideas/id1497047085	Zum ersten Mal Eltern	Anhand von Videos, Fotos und Beschreibungen von Ernährungsberatern gibt es Anregungen, wann, was und wie man mit der Einführung von Beikost für das Baby beginnt.

ETA 10 - Gesundheits-Apps für psychische Probleme



Name	Betreiber	Land	Kosten	Plattform (Link)	Zielgruppe	Beschreibung
				Android https://play.google.com/store/apps/details?id=com.rdcxca80b3d2.www&hl=es&gl=US		