

Microlearning-Sitzungen Aktivität
GESUNDHEITSKOMPETENZ

CITIZENS  **ACCELERATOR**

Aktivität 1: Finden, Verstehen, Benutzen!

Zielsetzung:

- Ermutigen Sie die Teilnehmenden, selbstständig nach gesundheitsbezogenen Informationen im Internet zu suchen, ihr Verständnis der gefundenen Informationen einzuschätzen und deren Zuverlässigkeit und Qualität zu bewerten.

Benötigte Materialien:

- Laptops / Mobiltelefone
- Papiere
- Stifte
- Beschreibung der Situationen
- Checklisten

Dauer:

- 30 Minuten

Beschreibung:

Teilen Sie die Teilnehmenden in drei Gruppen¹ ein. Jeder Gruppe wird eine Situation zugewiesen (siehe 'Situationen' unten), in der sie bestimmte gesundheitsbezogene Informationen durch eine Suche im Internet finden müssen. Während der Suche sollten die Teilnehmenden die Checkliste (siehe 'Checkliste' unten) befolgen, die ihnen hilft, die Zuverlässigkeit und Qualität der Websites und der dort angebotenen Informationen zu bewerten.

Die Teilnehmenden sollten sich mit dieser Situation auseinandersetzen:

- **Finden Sie** die für ihre Situation relevanten Informationen und prüfen Sie, ob sie zuverlässig und von guter Qualität sind.
- **Verstehen Sie** die Informationen, indem Sie weitere Erklärungen oder Definitionen suchen, die Informationen mit anderen Kollegen in der Gruppe besprechen oder die moderierende Person um Klärung bitten.
- **Verwenden Sie** die Informationen, um die Situation zu klären.

¹ Je nach Gruppengröße können Sie die Teilnehmenden in mehr oder weniger als drei Gruppen einteilen.

Situationen

Situation 1: Magenschmerzen

Sie waren in einem mexikanischen Restaurant und haben nun leichte Bauchschmerzen von scharfem Essen, das Sie normalerweise nicht essen. Anstatt zum Arzt zu gehen, möchten Sie im Internet nach Informationen darüber suchen, was Sie zu Hause haben könnten, um die Schmerzen zu lindern.

1. Suchen Sie mit Ihrem Mobiltelefon oder einem Laptop nach Informationen.
2. Wenn Sie Informationen finden, die hilfreich sein könnten, überprüfen Sie die Zuverlässigkeit der Informationen und der Website anhand der Checkliste.
3. Prüfen Sie in Ihrer Gruppe, ob alle die Informationen, die Sie gefunden haben, verstanden haben. Wenn Sie weiteren Klärungsbedarf haben, suchen Sie nach Definitionen und Erklärungen oder bitten Sie die moderierende Person, Ihnen zu helfen.
4. Schreiben Sie auf, was und wie Sie diese Informationen nutzen würden, um Ihre Magenschmerzen zu lindern.

Situation 2: Ibuprofen

Sie haben starke Rückenschmerzen und möchten ein Medikament einnehmen, das Ihnen hilft, die Schmerzen zu lindern. Zu Hause haben Sie nur Ibuprofen gefunden, aber Sie sind sich nicht sicher, wofür es ist und ob es Ihnen bei Ihren Schmerzen helfen wird.

1. Suchen Sie mit Ihrem Mobiltelefon oder einem Laptop nach Informationen über das Medikament.
2. Wenn Sie Informationen finden, die hilfreich sein könnten, überprüfen Sie die Zuverlässigkeit der Informationen und der Website anhand der Checkliste.
3. Prüfen Sie in Ihrer Gruppe, ob alle die Informationen, die Sie gefunden haben, verstanden haben. Wenn Sie weiteren Klärungsbedarf haben, suchen Sie nach Definitionen und Erklärungen oder bitten Sie die moderierende Person, Ihnen zu helfen.
4. Wenn Sie glauben, dass dieses Medikament nicht gut für Ihre Rückenschmerzen ist, suchen Sie im Internet nach einem anderen, das Sie einnehmen können.
5. Schreiben Sie auf, welches Mittel für Ihre Situation die beste Option ist.

Situation 3: Hausarzt

Sie sind für eine neue Stelle in ein neues Land gezogen (z.B. Augsburg, Deutschland) und möchten einen Hausarzt finden, wissen aber nicht, an wen Sie sich wenden können. Sie haben beschlossen, einen Arzt über das Internet zu suchen.

1. Suchen Sie mit Ihrem Mobiltelefon oder einem Laptop nach Informationen.
2. Wenn Sie Informationen über einen bestimmten Hausarzt finden, überprüfen Sie die Zuverlässigkeit der Informationen und der Website mit Hilfe der Checkliste.
3. Wenn Sie herausfinden möchten, was andere Leute über diesen Arzt denken, sehen Sie sich die Google-Bewertungen an.



4. Prüfen Sie in Ihrer Gruppe, ob alle die Informationen, die Sie gefunden haben, verstanden haben. Wenn Sie weiteren Klärungsbedarf haben, suchen Sie nach Definitionen und Erklärungen oder bitten Sie die moderierende Person, Ihnen zu helfen.
5. Schreiben Sie auf, welchen Hausarzt Sie wählen würden und warum.

Checkliste²

Autoren/Anbieter	Die Autoren der Informationen haben ihre berufliche(n) Qualifikation(en) angegeben.	<input type="checkbox"/>
Ziel	Es geht aus der Information hervor, an wen sich die Information wendet und welchen Zweck sie verfolgt.	<input type="checkbox"/>
Aktualität	Sie können überprüfen, ob die Gesundheitsinformationen aktuell sind, da das Datum angezeigt wird, an dem die Informationen erstellt wurden.	<input type="checkbox"/>
Verständlichkeit	Die Gesundheitsinformationen sind verständlich und klar. Fachbegriffe sind erklärt und Sachverhalte werden neutral dargestellt.	<input type="checkbox"/>
Finanzierung	Die Finanzierung der Informationen (durch Sponsoren, Werbekunden, etc.) ist offen gelegt.	<input type="checkbox"/>

² Okan, O. (2023, 23. Juni). *Webinar. Kompetent gesund: Gesundheitskompetenz stärken mit der vhs* [Präsentationsfolien]. Fakultät für Sport – und Gesundheitswissenschaften, Technische Universität München.

CITIZENS ACCELERATOR

act:onaid
για έναν κόσμο πιο δίκαιο

vhs
Volkshochschule
im Landkreis Cham e.V.

AONTAS
The Voice of
Adult Learning

dante
USTANOVA ZA
OBRAZOVANJE
ODRASLIH | ADULT
EDUCATION
INSTITUTION

 **acefir**
associació catalana per l'educació, la formació i la recerca

Asociatia
EUR ADULT
EDUCATION



 **mentortec**

"The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect 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:
101087526



Attribution – NonCommercial – ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0)

You are free to:

Share — copy and redistribute the material in any medium or format
Adapt — remix, transform, and build upon the material

The licensor cannot revoke these freedoms as long as you follow the license terms.

Notices:

You do not have to comply with the license for elements of the material in the public domain or where your use is permitted by an applicable exception or limitation.

No warranties are given. The license may not give you all of the permissions necessary for your intended use. For example, other rights such as publicity, privacy, or moral rights may limit how you use the material.

Under the following terms:

- Attribution — You must give appropriate credit, provide a link to the license, and indicate if changes were made. You may do so in any reasonable manner, but not in any way that suggests the licensor endorses you or your use.
- NonCommercial — You may not use the material for commercial purposes.
- ShareAlike — If you remix, transform, or build upon the material, you must distribute your contributions under the same license as the original.

No additional restrictions — You may not apply legal terms or technological measures that legally restrict others from doing anything the license permits.

