



LAG

SELBSTHILFE
NRW

Strategieansatz: Schulung von Gruppenleitungen

ZUR-VERFÜGUNGSTELLUNG VON TOOLS FÜR DIE
GRUPPENSITUATION

Was bedeutet Gesundheitskompetenz?

■ Gesundheitsinformationen

- Finden
- Verstehen
- Beurteilen
- Anwenden

Gesundheitsinformationen?



- Alle Informationen, die etwas mit den Themen Gesundheit und Krankheit zu tun haben
- Klären über Erkrankungen, einen gesunden Lebensstil, medizinische Behandlungen und das Gesundheitssystem auf
- Helfen, Vor- und Nachteile abzuwägen & bewusste Entscheidungen zu treffen
- Richten sich an „Gesunde“ & „Kranke“
- Informationen speziell für Patient:innen = „Patienteninformation“

Warum Gesundheitskompetenz stärken?

- Mehr als die Hälfte der Bevölkerung verfügt nur über eine geringe Gesundheitskompetenz
- Geringere Gesundheitskompetenz steht in Verbindung mit einem weniger gesundheitsförderlichen Verhalten
- Die größten Schwierigkeiten bestehen beim Beurteilen von Gesundheitsinformationen
- Menschen mit chronischen Erkrankungen zählen zu den vulnerablen Gruppen

Warum Selbsthilfe dafür nutzen?

- Die Selbsthilfe bietet einen guten und niedrigschwelligen Rahmen, viele Menschen zu erreichen, insb. mit chronischen Erkrankungen
- Durch den Austausch in der Selbsthilfe kann Gesundheitskompetenz interaktiv gestärkt werden:
 - Wissensvermittlung
 - Erfahrungsaustausch
 - Vernetzung

Warum Gruppenleitungen schulen?

- Strategie: Gruppenleitungen befähigen! | „Train the trainer“
 - Multiplikatoren-Funktion
 - Sensibilisierung für Gesundheitskompetenz
 - Wissensvermittlung: Was? + Wie?
- Niedrigschwellige Gestaltung des Angebots

Wie Gruppenleitungen schulen?

- Erstellen von variablem Lehr- und Lernmaterial im Projekt
- Zu verschiedenen Themen
- Themenauswahl: Themen, die sich indikationsübergreifend für möglichst viele Gruppen eignen | Anwendbarkeit im Alltag
- Bisherige Themen:
 - Gesundheitsinformationen finden + bewerten
 - Arztgespräche informiert und vorbereitet führen
 - Geplant: Medikamente

Wie Gruppenleitungen schulen?

- Schulungsangebot für Gruppenleitungen, darin:
 - Vermittlung von Hintergrundwissen zu den Themen
 - Anregungen, wie die Themen in die Gruppensitzung eingebracht werden können
 - Zur-Verfügungstellung von verschiedenen Materialien zu den Themen
 - Das Material wird offen zur Verfügung gestellt: Verbandseigene Logos, Kontaktdaten, Links können eingefügt werden

Welche Materialien?

Vier Material-Typen für jedes Thema:

- Für die Gruppenleitungen:
 - Vortrag und Moderationskarten
 - Handout in DIN A4 mit Hintergrundinfos
- Für die Gruppenmitglieder | Zum Einsatz in der Gruppensitzung:
 - Faltplyer
 - Poster
- Fokus: Druckmaterialien für Präsenz-Einsatz
- Einsatz möglich aber auch für Online-Sitzungen
- Geplant außerdem: Erklär-Filme
- Weitere Ideen könnten sein: Comics, Postkarten, Leichte-Sprache-Material

Materialien

Checkliste – Gute Gesundheitsinformationen

Gute Gesundheitsinformationen sind notwendig, damit Patient*innen die richtigen Entscheidungen für sich treffen können. Manchmal ist es aber schwer zu erkennen, ob eine Gesundheitsinformation eine gute Qualität hat.

Diese Checkliste kann dabei helfen, Gesundheitsinformationen richtig einzuordnen und zu bewerten. Je mehr Fragen mit „ja“ beantwortet werden, desto höher ist die Qualität der Information einzuschätzen.

- 1. Herausgebende**
Ist erkennbar, wer für die Inhalte verantwortlich ist?
 ja teilweise nein
- 2. Transparenz**
Werden Ziele und Absichten ebenso wie mögliche wirtschaftliche Abhängigkeiten transparent dargestellt?
 ja teilweise nein
- 3. Quellenangaben**
Werden die Aussagen der Information belegt?
 ja teilweise nein
- 4. Ausgewogen**
Werden verschiedene Aspekte berücksichtigt und Vor- sowie Nachteile gezeigt?
 ja teilweise nein
- 5. Aktuell**
Ist erkennbar wann die Informationen erstellt wurden?
 ja teilweise nein
- 6. Verständlich**
Können die Informationen auch von Laien verstanden werden?
 ja teilweise nein



WICHTIG: Gute Gesundheitsinformationen helfen dabei sich bewusst zu entscheiden, sie ersetzen aber keinen Arztbesuch.

Arztgespräche informiert und vorbereitet führen



gefördert durch:



gefördert durch:



Kurze Einführung „Austausch Gesundheit“

Studien haben ergeben, dass eine gesteigerte Gesundheitskompetenz zu einer besseren Bewältigung der eigenen Erkrankung führen kann.

Wir wollen uns in den nächsten Wochen regelmäßig mit dem Thema Gesundheitskompetenz beschäftigen und gemeinsam sehen, wie uns das Thema in unserem Alltag begegnet.

Hierfür werde ich einen kurzen Input von etwa 10 Minuten zu einem Gesundheitsthema halten und anschließend können wir uns darüber austauschen

DURCHFÜHRUNGSHINWEISE

Erste Folie

LAG

SELBSTHILFE NRW

Gesundheits- informationen finden und bewerten



Was sind Gesundheitsinformationen?

Alle Informationen, die im Zusammenhang mit den Themen Gesundheit und Krankheit stehen. Sie klären über Erkrankungen, einen gesundheitsfördernden Lebensstil, medizinische Behandlungen und Prozesse im Gesundheitssystem auf.

Gesundheitsinformationen helfen Vor- und Nachteile abzuwägen und Entscheidungen bewusst zu treffen.



Wo können Gesundheitsinformationen gefunden werden?

- Beratung durch Expert*innen:
- Schriftliche Informationen
- Radio und Film
- Erfahrungsaustausch mit Nichtexpert*innen



Wie sind gute Gesundheitsinformationen zu erkennen?

Gute Gesundheitsinformationen:

Zeigen ihre Herausgeber auf. Stellen Ziele und Absichten transparent dar. Belegen ihre Aussagen mit Quellen. Enthalten aktuelle und ausgewogene Informationen. Sind auch für medizinische Laien verständlich und anwendbar.



WICHTIG: Gesundheitsinformationen ersetzen keinen Arztbesuch, aber helfen dabei, mündige Entscheidungen zu treffen.

Eine Checkliste zur Bewertung von Gesundheitsinformationen finden Sie zum Beispiel bei der BAG SELBSTHILFE.

Digitaler Fachtag

Stärkung von Gesundheitskompetenz durch Selbsthilfearbeit

Freitag, 13.10.2023
von 9:00 Uhr bis 14:00 Uhr



gefördert durch:



gefördert durch:



für Ihre Aufmerksamkeit!

Fragen

- Können Sie sich vorstellen, das in Ihrem Verband / Ihrer Gruppe einzusetzen?
- Was brauchen Sie ggf. noch dafür / was fehlt?
- Was könnten „Eisbrecher“ sein, um eines der Themen in der Selbsthilfegruppen-Sitzung anzumoderieren?
- Welche weiteren geeigneten Themen fallen Ihnen ein?

LAG SELBSTHILFE NRW

Landesarbeitsgemeinschaft von
Menschen mit Behinderung und
chronischer Erkrankung und ihren
Angehörigen Nordrhein-Westfalen e. V.

Neubrückenstraße 12-14
48143 Münster

Tel.: 02 51 / 4 34 00

Mail: info@lag-selbsthilfe-nrw.de

www.lag-selbsthilfe-nrw.de



Gefördert durch:

