

## DGK Frauen 60+

- **durchführende Einrichtungen:** Frauengesundheitszentrum, Graz
- **Laufzeit der Maßnahme:** 1. Jänner 2023 bis 31. Dezember 2024
- **Schwerpunkt:** Bürger- und Patientenempowerment (BPE)
- **Wirkungsbereich:** Steiermark

### Beschreibung

Die Digitalisierung aller Lebensbereiche schreitet sukzessive voran und hat auch den Gesundheitsbereich erfasst. Immer mehr elektronische Gesundheitsdienste wie die e-card, Elga, Telegesundheitsinitiativen oder digitale Gesundheitsapps sind etabliert. Auch die Menge an verfügbaren Gesundheitsinformationen sowie die Anzahl der Kanäle zur Verbreitung haben sich stark erhöht. Damit geraten auch interessengeleitete, verzerrte oder falsche Informationen vermehrt in Umlauf, die zu Trugschlüssen führen, die Bürger:innen schaden können.

Die Zielgruppe dieses Projekts – Frauen 60+ – gehört zu jener Bevölkerungsgruppe, die überproportional von Determinanten betroffen ist, die eine Vorhersage für eine schlechtere (digitale) Gesundheitskompetenz erlauben (etwa niedrigere Bildungsabschlüsse, prekäre Lebenssituationen, chronische Erkrankungen).

### Zielsetzung

Ziel des Projektes ist es, die digitale Gesundheitskompetenz von Frauen 60+ mit einer 3-teiligen Kursreihe zu fördern und diese Kursreihe in (Bildungs-)Einrichtungen in der Steiermark zu verankern.

Maßnahmen des Projektes sind: Erweiterung des etablierten Kurses Meine Gesundheit – meine Entscheidung (Frauengesundheitszentrum und IfGP) um die Dimension digitale Gesundheitskompetenz, Durchführen des Kurses und Ausbilden von Kursleiterinnen anhand eines Train-the-Trainer Konzeptes.

### Zielgruppen

- **Zielgruppen im Setting Schule und in anderen Bildungseinrichtungen:** Sonstiges: Trainer:innen in der Erwachsenenbildung
- **Zielgruppen im Setting Zielgruppen im Setting Gemeinde/Stadtviertel:** Ältere Menschen, Menschen mit Behinderung/chronischer/schwerer Erkrankung, Menschen mit niedrigem Einkommen / Bildungsniveau / Stellung im Beruf, Menschen in prekären Beschäftigungsverhältnissen, Sonstiges: Frauen 60+

### Methodik

Die Kursreihe für Frauen 60+ besteht aus drei aufeinander aufbauenden Modulen á 2 Stunden:

**Teil 1:** Meine Gesundheit – Mitreden und Mitentscheiden: Nutzen und Bedeutung von Gesundheitskompetenz für selbstbestimmte, gesundheitliche Entscheidungen. Was ist digitale Gesundheitskompetenz? Welche Vorteile bietet sie? Wo im Gesundheitswesen brauche ich sie? Welche

elektronischen Gesundheitsdienste gibt es, was sind Wearables und Gesundheits-APPS und wie kann ich diese bestmöglich für mich nutzen?

**Teil 2:** Gute Gesundheitsinformationen im Internet: Welche Fallen lauern im Internet? Woran erkenne ich gute Gesundheitsinformationen? Welche empfehlenswerten Quellen gibt es?

**Teil 3:** Kommunikation mit Ärztinnen und Ärzten und anderen Gesundheitsberufen: Wie kann ich mich gut auf einen Termin vorbereiten und in kurzer Zeit gute Informationen bekommen? Wie nutze ich Telemedizin kompetent?

Methodisch wird mit Kurzeingängen sowie Diskussion und Erfahrungsaustausch und praktischen Übungen gearbeitet.

Das Train-the-Trainer Seminar besteht aus 3 Modulen á 4 Stunden. Im Modul 1 werden die Grundlagen (digitaler) Gesundheitskompetenz vermittelt. Modul 2 und 3 dient der Einschulung in die Kursreihe für Frauen 60+. Darüber hinaus werden die auszubildenden Kursteilnehmerinnen bei der selbständigen Durchführung von 4 Trainingskursen begleitet.

### **Beitrag zum Wirkungsziel 2**

Das Projekt Meine Gesundheit – meine Entscheidung, digitale Gesundheitskompetenz für Frauen 60+ fördert die kritische Gesundheitskompetenz von Frauen 60+. Die Teilnehmer:innen werden bestärkt, informierte und selbstbestimmte Gesundheitsentscheidungen zu treffen und können sich im Kurs Wissen und Fähigkeiten, die sie dazu brauchen, aneignen. Das Projekt zielt darauf ab, gesundheitliche Chancengerechtigkeit zu erhöhen, indem ein Schwerpunkt auf Frauen 60+ gelegt wird, die in Bezug auf Gesundheitskompetenz benachteiligt oder besonders gefordert sind: Frauen mit chronischen Erkrankungen, Frauen in schwierigen finanziellen Situationen und Frauen mit niedriger formaler Bildung.