

## **KundiG-Kurse** **Klug und digital durch das Gesundheitswesen**

### **Beschreibung:**

Viele Abläufe im Alltag finden mittlerweile digital statt. Dies gilt auch für Patient\*innen, wenn sie mit Ärzt\*innen in Kontakt treten wollen oder Angebote wie Gesundheits-Apps, digitale Medikamentenpläne, Videosprechstunde und Co. nutzen wollen. Allerdings ist dies nicht immer so einfach. Deshalb wurde das Kursprogramm „KundiG – Klug und digital durch das Gesundheitswesen“ entwickelt. Ein Programm zur Förderung der digitalen Gesundheitskompetenz chronisch kranker Menschen. In kleinen Schritten und mit Unterstützung durch erfahrene Kursleitungen können auch Menschen, die noch wenig Erfahrung mit digitalen Medien haben, hier ihr Wissen erweitern und praktische Erfahrungen sammeln.

### **Inhalte der Kurse:**

- Was ist die elektronische Patientenakte? Wozu dient sie und was sollten Sie darüber wissen?
- Rezepte elektronisch erhalten und einlösen – wie funktioniert das und welche Vorteile haben Sie?
- Wo gibt es gute Gesundheitsinformationen im Internet und was sollte ich bei meiner Suche beachten?
- Datenschutz und Datensicherheit bei digitalen Anwendungen
- Welche Vorteile hat die Videosprechstunde für mich und was sollte ich dabei beachten?
- Selbsthilfe und Unterstützungsangebote online: welche Möglichkeiten gibt es?

### **Kursleitungen:**

Die Kurse werden von zwei erfahrenen Kursleitungen durchgeführt.

### **Dauer:**

Wöchentlich je 2,5 Stunden über 6 Wochen.

### **Ort:**

Die Kurse finden online statt. Die Kursunterlagen sowie den Link zur Teilnahme erhalten Sie nach der Anmeldebestätigung.

### **Kosten:**

Die Kurse sind kostenfrei.



Nationale Kontakt- und Informationsstelle  
zur Anregung und Unterstützung  
von Selbsthilfegruppen

### **Teilnehmende:**

Die KundiG-Kurse richten sich an Selbsthilfe-Aktive und Mitarbeitende von Selbsthilfekontaktstellen sowie Menschen mit chronischen Erkrankungen, deren Angehörige und alle Interessierten.

8-12 Teilnehmende können pro Kurs teilnehmen.

### **Termine:**

#### Online Kurs 1

Dienstags von 16:30 Uhr bis 19:00 Uhr mit Alexandra Schuberth und Claudia Friedel,  
Paritätischer Wohlfahrtsverband, BV Oberfranken, Bayreuth

07.11.2023

14.11.2023

21.11.2023

28.11.2023

05.12.2023

12.12.2023

#### Online Kurs 2

Freitags von 16:00 Uhr bis 18.30 Uhr mit Carola Sraier und Jürgen Kretschmer,  
Gesundheitsladen München

06.10.2023

13.10.2023

20.10.2023

27.10.2023

03.11.2023

10.11.2023

#### Online Kurs 3

Montags 14:00 Uhr bis 16:30 Uhr mit Katarzyna Thabaut, NAKOS Berlin, und  
Norbert Dietz, Selbsthilfekontaktstelle KISS Nürnberg

09.10.2023

16.10.2023

30.10.2023

06.11.2023

13.11.2023

20.11.2023

NAKOS – Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von  
Selbsthilfegruppen, Otto-Suhr-Allee 115, 10585 Berlin, Telefon: 030 / 31 01 89 60  
E-Mail: [selbsthilfe@nakos.de](mailto:selbsthilfe@nakos.de), <https://www.nakos.de>

Eine Einrichtung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.



Nationale Kontakt- und Informationsstelle  
zur Anregung und Unterstützung  
von Selbsthilfegruppen

## Online Kurs 4

Freitags von 10:30 Uhr bis 13.00 Uhr mit Mirjam Unverdorben-Beil,  
Selbsthilfezentrum München, und Susanne Wundling, Aktivbüro Würzburg

20.10.2023

27.10.2023

10.11.2023

17.11.2023

24.11.2023

01.12.2023

### **Voraussetzungen:**

Sie benötigen ein internetfähiges Gerät wie einen Laptop oder einen Computer mit Kamera und Mikrofon. In der Session Zero und in den Kursen lernen Sie alles Weitere. Wir unterstützen Sie bei Ihren Fragen.

### **Anmeldung und weitere Informationen:**

<https://veranstaltungen.nakos.de/kundig-kurse/>

Weitere Informationen zum Projekt KundiG finden Sie unter:

<https://www.nakos.de/themen/gesundheitskompetenz/nakos/>

Bei Fragen zur Organisation und zu den Kursen kontaktieren Sie bitte:

Katarzyna Thabaut

Mail: [katarzyna.thabaut@nakos.de](mailto:katarzyna.thabaut@nakos.de)

### **Rahmenbedingungen:**

Die Kurse finden online statt und werden von zwei Kursleitungen durchgeführt. Jedoch sind die Kurse nicht gänzlich barrierefrei. Wenn Sie spezielle Bedarfe haben, geben Sie uns bitte einen Hinweis und wir klären vorab, wie wir Sie unterstützen können.

Dieses Angebot erfolgt im Rahmen des Projektes „Mach dich KundiG – Digitale Gesundheitskompetenz für die Selbsthilfe“ und wird unterstützt durch die BARMER.

NAKOS – Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen, Otto-Suhr-Allee 115, 10585 Berlin, Telefon: 030 / 31 01 89 60  
E-Mail: [selbsthilfe@nakos.de](mailto:selbsthilfe@nakos.de), <https://www.nakos.de>

Eine Einrichtung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.