



Veranstaltungsreihe

im Forum Mitte, Blumenstr. 11, Waiblingen

Vortrag: Digitale Gesundheit – Ein Überblick über Möglichkeiten und Nutzen

Do. 04.11. von 18:00 bis 19:30 Uhr

Die Digitalisierung im Gesundheitswesen schreitet voran und bietet viele Chancen. Sei es, im Internet nach Gesundheitsinformationen zu suchen, Gesundheits-Apps zu nutzen oder über Video mit dem Arzt / der Ärztin Gespräche zu führen. Im Vortrag bekommen Sie einen ersten Überblick. In den Praxiswerkstätten kann das Gelernte am eigenen Gerät erprobt werden.

Praxiswerkstatt 1: Zuverlässige Gesundheitsinformationen im Internet finden

Do. 11.11. von 18:00 bis 20:15 Uhr

Wie sucht man gezielt nach Gesundheitsinformationen und wie sind die Ergebnisse zu bewerten? Sie lernen eine Auswahl an seriösen Angeboten für Informationen rund um Gesundheit, Therapie und Pflege kennen und erproben die Nutzung.

Praxiswerkstatt 2: Gesundheits-Apps

Do. 18.11. von 18:00 bis 20:15 Uhr

Gesundheits-Apps für das Smartphone und Tablet liegen im Trend. Schritte und Kalorien zählen, Schlafgewohnheiten erfassen, Trainingsprogramme erstellen und sich auf die Medikamenteneinnahme hinweisen lassen. Seit 2020 können zudem Apps auf Rezept von der Krankenkasse übernommen werden. Sie lernen verschiedene Apps kennen, werden einzelne installieren und erproben.

Praxiswerkstatt 3: Online-Videosprechstunde

Mi. 25.11. von 18:00 bis 20:15 Uhr

Der Gang zur Ärztin oder zum Arzt ist oft nicht mehr notwendig, ärztliche Termine können auch online wahrgenommen werden. Wie läuft ein digitaler Praxisbesuch ab? Was sind die Chancen und Herausforderungen? Was sind die technischen Voraussetzungen? Mit Hilfe von praktischen Übungen erlangen Sie Sicherheit für die Online-Videosprechstunde.

In allen drei Praxiswerkstätten üben Sie die Anwendungen an Ihrem eigenen Gerät. Bitte dazu eigenes und geeignetes Gerät (z.B. Smartphone, Tablet oder Notebook) mitbringen.

Referent für alle Veranstaltungen ist Matthias Weller, Gesundheitsbotschafter und Senioren-Medienmentor (LMZ). Die Veranstaltungsreihe findet im Rahmen des Projektes gesundaltern@bw statt und wird gefördert durch das Ministerium für Soziales und Integration aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg.

Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenlos. Es ist jedoch jeweils eine Anmeldung im Forum Mitte (Tel. 07151/5001-2696 oder Mail: martin.friedrich@waiblingen.de) erforderlich.