

Pressemitteilung

## Online-Lernplattform „Gesundweiser“: Neuer Kurs schult sicheren Umgang mit Gesundheits-Apps

Stiftung Gesundheitswissen stärkt digitale Gesundheitskompetenz Jugendlicher

**Berlin, 30. November 2022 – Schrittzähler, Schlaf-Tracker, Menstruation-Apps – es gibt unendlich viele Gesundheits-Apps. Fast jeder hat eine auf seinem Handy. Auch Jugendliche nutzen solche Angebote. Der neue Kurs der Lernplattform „Gesundweiser“ der Stiftung Gesundheitswissen hilft Schülerinnen und Schülern, sich sicherer durch den App-Store zu bewegen und schult den Umgang mit Gesundheits-Apps.**

Das Angebot an Gesundheits-Apps ist kaum überschaubar und wächst stetig. Eines haben sie alle gemeinsam: das Versprechen, der Gesundheit ihrer Nutzerinnen und Nutzern etwas Gutes zu tun. Doch stimmt das in jedem Fall? Worauf sollte man beim Herunterladen einer Gesundheits-App achten? Und wie kann man seine sensiblen Daten besser schützen? Mit diesen und weiteren Fragen beschäftigt sich der neue Lernkurs „Die APPokalypse? – Cleverer Umgang mit Gesundheits-Apps“ der Lernplattform „Gesundweiser“ der Stiftung Gesundheitswissen. Als Teil der Schulinitiative „Pausenlos gesund“ fördert die Lernplattform digitale Kompetenzen im Bereich Gesundheit.

Fast jeder Jugendliche besitzt ein Smartphone und nutzt Apps. Einer Online-Befragung aus dem Jahr 2018 zufolge ist darunter auch mindestens eine Gesundheits-App. Aktuellere Zahlen gibt es nicht, jedoch ist davon auszugehen, dass das Interesse für Fitness-Tracker und Co. während der Corona-Pandemie gestiegen ist. „Gesundheits-Apps sind heutzutage aus der digitalen Welt nicht mehr wegzudenken und sie werden auch immer mehr Raum in unseren Lebenswelten einnehmen. Allerdings hapert es noch immer an den nötigen Kompetenzen, diese digitalen Helfer bewusst und sicher für die eigene Gesundheit einzusetzen. Denn digitale Gesundheitskompetenz ist umfassender als einen Arzttermin online zu vereinbaren“, sagt PD Dr. med. Ralf Suhr, Vorstandsvorsitzender der Stiftung Gesundheitswissen. So wüssten viele gar nicht, welche Ziele die Macher der Apps eigentlich verfolgen oder wozu die Apps die persönlichen Daten noch nutzen. Hier fehle es bisher an attraktiven Lehrangeboten. „Mit dem neuen Gesundweiser-Kurs haben wir ein Angebot geschaffen, was Jugendlichen im schulischen und auch außerschulischen Kontext wichtige Werkzeuge für die Navigation durch die Informationswelt im Bereich Gesundheit an die Hand gibt“, so Suhr.

### Worum geht es im neuen Gesundweiser-Kurs „Die APPokalypse“?

Das Wissen wird mit Hilfe einer fiktiven Familie und ihres Umfelds vermittelt, die anhand von alltäglichen Fragestellungen sich spielerisch den Aspekten der digitalen Gesundheitskompetenz widmet. Im neuen Kurs „Die APPokalypse“ sind die Bewohner einer virtuellen Straße völlig aus dem Häuschen und stürmen in einen „App-Store“ – mittendrin Romy, die Hauptprotagonistin. Dort wartet ein spektakuläres Angebot auf sie: eine neue Gesundheit-App, die verspricht, alles zu können.



Ihr Name: „App 42“ – angelehnt an die Antwort auf alle Fragen aus dem Buch „Per Anhalter durch die Galaxis“ von Douglas Adams. Die App kommt gut an und ist heiß begehrt. „Das ist die beste App ever. Es war noch nie so easy auf meine Gesundheit zu achten“, preist einer der Charaktere die neue App im Laden an. Doch Romy bleibt skeptisch. Ist die App wirklich vertrauenswürdig? Schließlich tracken diese Apps doch alles und jedes.



Zusammen mit Romy können alle, die den neuen Gesundweiser-Kurs der Stiftung Gesundheitswissen durchspielen, herausfinden, worauf es bei Gesundheits-Apps ankommt: Was sind alles Gesundheits-Apps? Welche Vor- und Nachteile haben sie? Worauf sollte ich achten, wenn ich sie herunterlade und nutze? Und wie kann ich die Informationen, die die App vermittelt, einordnen?

### Für wen ist der Kurs geeignet?

Die Inhalte der digitalen Lernplattform „Gesundweiser“ richten sich primär an Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe I. Die Kurse lassen sich problemlos in den Unterricht an Schulen einbinden und können auch ortsunabhängig angewendet werden. Natürlich können die Kurse auch im Rahmen außerschulischer Aktivitäten oder anderweitigen Bildungsprogrammen genutzt werden. Die digitale Lernplattform „Gesundweiser“ steht allen Interessierten kostenlos unter [www.gesundweiser.de](http://www.gesundweiser.de) zur Verfügung und ist werbefrei.

### Wie ist der neue Lernkurs aufgebaut?

Der neue Kurs besteht aus fünf Modulen, die in je etwa zehn Minuten durchgespielt werden können. Nach der Einführung in die Thematik können die Module in freier Reihenfolge bearbeitet werden. Ein Zusatzmodul beschäftigt sich mit dem Thema „Apps auf Rezept“. Mit vielen interaktiven Elementen, kurzen Videosequenzen und einer intuitiven Wissensvermittlung motiviert das Lernportal zum Mitmachen und will so die digitale Gesundheitskompetenz von Jugendlichen gezielt stärken. Am Ende des Kurses winkt allen Teilnehmenden ein Zertifikat.

### Spielend. digital. kompetent. – die Lernplattform „Gesundweiser“

Die digitale Lernplattform „Gesundweiser“ gibt es seit Sommer 2021. Sie ist ein Wegweiser durch die digitale Gesundheit und Bestandteil der Schulinitiative „Pausenlos gesund“.

Auf der Lernplattform werden zwei Kurse angeboten:

- Der **Pilotkurs „Das Hühnersuppen-Dilemma“** erklärt, wie man verlässliche Informationen im Internet erkennt, worauf man bei der Suche im Netz achten sollte und wie man Evidenz bei der Erstellung von Gesundheitsinformationen nutzt.
- Der **neue Kurs „Die APPokalypse? – Cleverer Umgang mit Gesundheits-Apps“** ist der Welt der Gesundheits-Apps gewidmet und vermittelt, worauf man beim Herunterladen einer App und beim Datenschutz achten sollte.

- [Direkt zur Lernplattform „Gesundweiser“](#)
- [Mehr über die Schulinitiative „Pausenlos gesund“ erfahren](#)

### Kontakt für Presseanfragen:

Una Großmann, Leiterin Kommunikation  
[una.grossmann@stiftung-gesundheitswissen.de](mailto:una.grossmann@stiftung-gesundheitswissen.de)  
T +49 30 4195492-20

Katharina Calhoun; Referentin PR und Marketing  
[katharina.calhoun@stiftung-gesundheitswissen.de](mailto:katharina.calhoun@stiftung-gesundheitswissen.de)  
T +49 30 4195492-22

### Über die Stiftung Gesundheitswissen:

Die gemeinnützige, operative Stiftung Gesundheitswissen mit Sitz in Berlin will die Kompetenz von Menschen in Deutschland im Hinblick auf Gesundheit und Prävention stärken und die Informationsasymmetrien zwischen Arzt und Patient abbauen. Dazu erstellt sie u.a. laienverständliche Gesundheitsinformationen auf Grundlage aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse, zeigt Präventionsmöglichkeiten sowie Behandlungsalternativen auf und fördert das Gesundheitswissen im Allgemeinen. Stifter ist der Verband der Privaten Krankenversicherung.