

# SELBSTCHECK

Selbstcheck zur  
Gesundheitskompetenz in  
LEICHTER SPRACHE



## Worum geht es

Wir machen einen **Selbst-check** zur **Gesundheits-kompetenz** in Ihrer Einrichtung.

**Selbst-check** bedeutet:

Wir wollen etwas herausfinden.

Dazu fragen wir Sie Dinge.

Und wir schauen uns Ihre Antworten an.

**Gesundheits-kompetenz** bedeutet:

Wie gut können Sie

Informationen zu Gesundheit

finden und verstehen?

**Einrichtung** bedeutet:

Der Ort wo Ihnen mit Ihrer Gesundheit geholfen wird.

Der Ort wo Sie wohnen.

Der Ort wo Sie arbeiten.

**Zum Beispiel:**

- Pflegeheim
- Krankenhaus
- Wohneinrichtung
- Werkstatt
- Und Andere

Dieser **Selbst-check** ist vom Projekt  
„Entwicklung der Gesundheitskompetenz  
in Einrichtungen der Gesundheitsversorgung“.  
Kurz schreibt man das so: **„EwiKo“**.

Da arbeitet die Krankenkasse **AOK PLUS**  
zusammen mit der **Hochschule Fulda**.  
Von Januar 2020 bis Juni 2023.

## Wichtige Worte

Hier erklären wir wichtige Worte zu **Gesundheitskompetenz**.

### **Klient:**

Klienten sind Menschen  
mit einer Krankheit oder Behinderung  
die in einer Einrichtung leben oder arbeiten.  
Manchmal sagt man auch: Patient oder Kunde.

### **Leichte Sprache:**

Eine einfachere Art der deutschen Sprache.  
Das können alle besser verstehen.  
Das hier ist in Leichter Sprache geschrieben.

### **Mitarbeiter:**

Jeder der in einer Einrichtung arbeitet  
und Klienten hilft.  
Ärzte zum Beispiel. Oder Betreuer.

## Das Projekt möchte

Die Einrichtungen sollen eine bessere **Gesundheitskompetenz** haben.

Was bringt dieser Selbst-check:

- Wir sehen was schon gut klappt.
- Wir sehen wo man noch etwas tun muss.
- Wir wollen aber **nicht Sie kontrollieren.**

Egal welche Antwort Sie geben:

Es passiert Ihnen nichts Schlimmes.

### In welcher Einrichtung sind Sie?

Machen Sie ein Kreuz darunter:

Wohnheim	Werkstatt	Pflege	Krankenhaus	Weiß ich nicht
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Wie füllen Sie den Selbst-check aus

Sie lesen **20 Sachen**.

Sie können immer sagen:

### Stimmt das?

- Wenn etwas ganz stimmt  
machen Sie einen Haken im ersten Kästchen.  
Bei „**Ja**“.
- Wenn etwas meistens stimmt  
machen Sie einen Haken im zweiten Kästchen.  
Bei „**Eher ja**“.
- Wenn etwas nur selten stimmt  
machen Sie einen Haken im dritten Kästchen.  
Bei „**Eher nein**“.
- Wenn etwas gar nicht stimmt  
machen Sie einen Haken im vierten Kästchen.  
Bei „**nein**“.
- Wenn Sie eine Frage nicht verstehen  
machen Sie einen Haken im letzten Kästchen.  
Bei „**weiß ich nicht**“.

Das können Sie auch machen  
wenn Sie nicht antworten möchten.

So sieht das aus:

Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

## Die Fragen

Gesundheitskompetenz  
in allen Abteilungen.

Wir schauen  
ob **Gesundheitskompetenz** in allen Abteilungen wichtig ist.  
Zum Beispiel  
ob es dafür genug Geld gibt.

1. Gibt es jemanden der sich um die Gesundheitskompetenz kümmert?				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

Mitsprache bei neuen Papieren.

Wenn neue Informationen geschrieben werden  
oder neue **Dienstleistungen** geplant werden  
dürfen Sie mitreden.

2. Fragt man Sie bei neuen Informations-Papieren oder Dienstleistungen: Was soll drin stehen?				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

3. Fragt man Sie bei neuen Informations-Papieren oder Dienstleistungen: Verstehen Sie was da steht?				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

Wie leicht ist es  
Informationen zu finden.

Die Einrichtung soll Ihnen helfen  
**Gesundheits-Informationen** zu finden  
und sich zurecht-zu-finden.

4. Ist die Internet-Seite gut verständlich? Auch für Menschen: - Die nicht so gut lesen können. - Die nicht so gut Deutsch können. - Die sich nicht so gut mit Computern auskennen.				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

5. Können Mitarbeiter Ihre Fragen gut verständlich beantworten?				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

6. Ist das Gebäude gut beschriftet? Damit Sie immer wissen wo etwas ist.				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

7. Gibt es Karten vom Gebäude? Damit Sie immer wissen wo etwas ist. Sind diese Karten leicht zu lesen?				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

8. Gibt es Informationen dazu wie Sie Krankheiten verhindern? Zum Beispiel Rückenschmerzen, Diabetes und Krebs? Sind diese Informationen kostenlos und gut verständlich? Und leicht zu bekommen?				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

<b>9. Gibt es Informationen dazu wie Sie gesünder leben können? Sind diese Informationen kostenlos und gut verständlich? Und leicht zu bekommen?</b>				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

Wie verständlich spricht man mit Ihnen.

Wenn Mitarbeiter mit Ihnen sprechen soll das für Sie gut verständlich sein.

<b>10. Bittet man Sie darum selber Fragen zu Ihrer Gesundheit zu stellen? Damit Sie alles besser verstehen. Zum Beispiel die 3 Fragen: - Was ist mein Hauptproblem? - Was kann ich tun? - Warum ist es für mich wichtig das zu tun?</b>				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

11. Oft bekommen Sie Informationen auf dem Papier. Werden diese Informationen auch im Gespräch erklärt?				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

12. Manchmal gibt es für Sie Programme auf dem Handy oder Computer. Wurde so etwas vorher mit Ihnen getestet?				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

13. Gibt es Informationen in mehreren Sprachen?				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

<b>14. Es gibt Informationen dazu wie Sie fliehen können. Zum Beispiel wenn es brennt. Verstehen Sie diese Informationen? Können Sie so fliehen?</b>				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

<b>15. Vielleicht brennt es mal. Dann müssen alle schnell fliehen. Haben Sie das geübt?</b>				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

Wird Ihnen geholfen  
Informationen zu Ihrer Gesundheit  
besser zu verstehen?

Es ist wichtig  
dass Sie Ihre eigene Gesundheit verstehen.

So können Sie dabei mithelfen  
dass es Ihnen besser geht.

16. Gibt es Schulungen dazu wie Sie mit Mitarbeitern reden können?				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

17. Nicht alle Gesundheitsinformationen sind wahr. Gibt es Schulungen dazu wie Sie wahre Informationen erkennen können?				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

18. Bekommen Sie Hilfe dabei Schulungen zu finden? Zu Gesundheits-themen die Ihnen wichtig sind?				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

19. Hat man Ihnen erklärt was Sie für Ihre Gesundheit selbst tun können? Zum Beispiel, dass Sie selbst entscheiden, was Sie essen?				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

Wird den Menschen aus der Gegend geholfen mehr über Gesundheit zu wissen?

Alle Menschen sollten mehr über Gesundheit wissen.

Die Einrichtung kann dabei helfen:

Sie kann verständliche und gute Informationen geben.

20. Macht die Einrichtung Veranstaltungen über Gesundheits-themen zu denen auch Menschen aus der Gegend kommen?				
Ja	Eher ja	Eher nein	Nein	Weiß ich nicht

## Impressum

Der „Selbstcheck zur Gesundheitskompetenz in Leichter Sprache“ entstand im Rahmen des Projekts „Entwicklung der Gesundheitskompetenz in Einrichtungen der Gesundheitsversorgung (EwiKo)“ – ein Kooperationsprojekt der AOK PLUS und der Hochschule Fulda.

Weitere Informationen: <https://ewiko-gesundheitskompetenz.de/>

**Hochschule Fulda**  
University of Applied Sciences



**AOK PLUS**



### Projektleitung

Prof. Dr. Katharina Rathmann

### Kooperationspartner

Denis Spatzier

### Mitarbeiterinnen

Lisa Kogel, Judith Lutz, Lena Salewski, Theres Vockert, Lorena Wetzel, Loriane Zelfl und studentische Mitarbeitende

Stand: 30.06.2023

### Zitation:

Rathmann, Katharina; Kogel, Lisa; Lutz, Judith; Salewski, Lena; Vockert, Theres; Wetzel, Lorena; Zelfl, Loriane; Spatzier, Denis (2023): Selbstcheck zur Gesundheitskompetenz in Leichter Sprache. Fulda: Hochschule Fulda.

### Satz/Layout:

[www.metaorange.de](http://www.metaorange.de)

© Hochschule Fulda 2023, alle Rechte vorbehalten

