



Herzlich Willkommen
zur Online-Einführung in die
neue Selbsthilfe-APP für
pflegende Angehörige

in.kontakt
Netzwerk Pflegende Angehörige

Einführung in die APP in.kontakt



Jetzt geht's APP!

DIGITALE SELBSTHILFE
von pflegenden Angehörigen
für pflegende Angehörige

INFORMIEREN

Themen

- ☞ Gemeinschaft
- ☞ Persönliches
- ☞ Gesundheit
- ☞ Regional
- ☞ Recht und Finanzen
- ☞ Pinnwand

Wissensbereich



VERNETZEN

Gruppen

- ☞ thematisch
- ☞ krankheits-spezifisch
- ☞ regional
- ☞ bundesweit



AUSTAUSCHEN

Kontakt

- ☞ im Gruppenbereich mit Video-Option
- ☞ Mitglieder-Austausch vertraulich eins-zu-eins
- ☞ Austausch von Bildern, Dokumenten und Links

Info-Veranstaltungen



kostenlose APP **in.kontakt** für Smartphone oder Tablet sowie informative Internetseite **www.in-kontakt.online**

in.kontakt

Online-

Einführung



in.kontakt Inhalte & Aufbau



Einführung in
die APP
in.kontakt

Aufbau

Aufbau der Einführung

Wir führen Sie Schritt für Schritt durch die App.
Sie sehen jeweils erst ein kurzes **Video** als
Lektion.

Sehen Sie sich das Video in Ruhe an.

Danach folgt eine kleine **Übung**, in der Sie das
Gelernte ausprobieren können.

Selbstverständlich können Sie beim Üben auch
Fragen stellen.

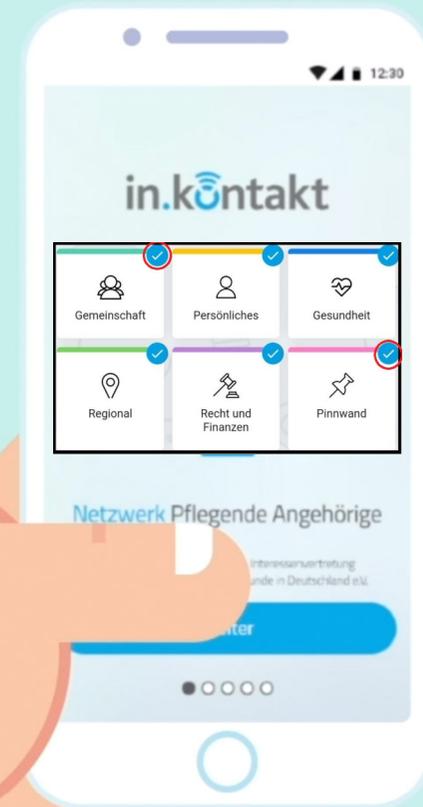
Einführung in die APP in.kontakt

Inhalte

In dieser Einführung lernen Sie

- wie Sie Ihre Themenwelten auswählen
- welche Arten von Gruppen es gibt
- wie Sie einer Gruppe beitreten
- wie Sie auf einen Beitrag antworten und einen neuen Beitrag erstellen
- welche Beitragsoptionen es gibt (Anhänge, Smileys)
- wie Sie über neue Beiträge benachrichtigt werden

in.kontakt Themenwelten



Themenwelt
abonnieren

Welche Themenwelten
gibt es?

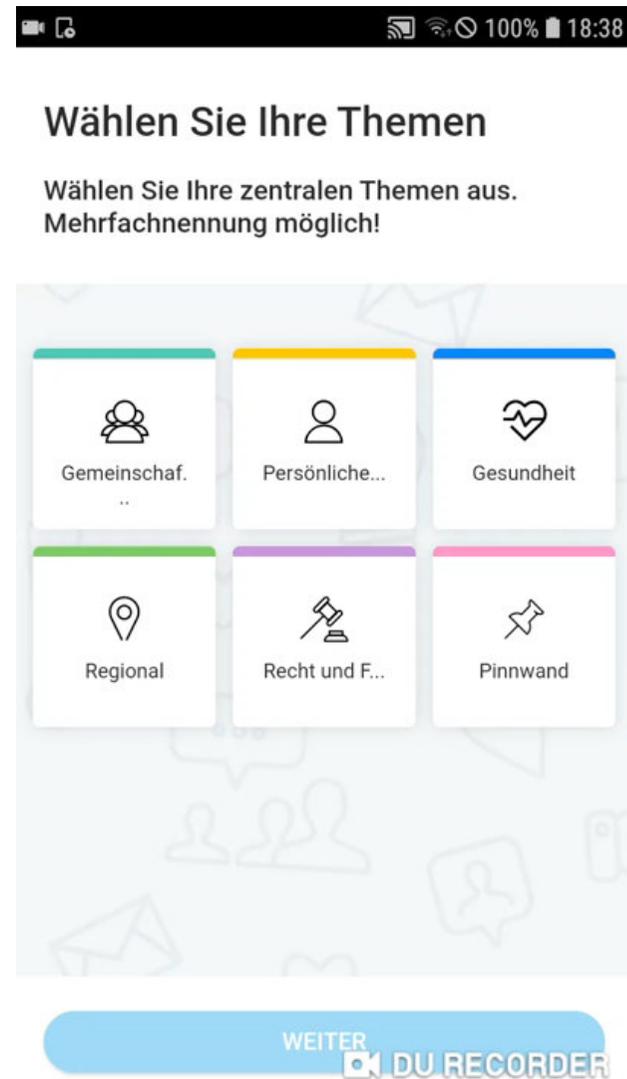
Wie wähle ich eine
Themenwelt aus?

Themenwelt
abonnieren

Sehen Sie sich bitte
zuerst in Ruhe das Video
an.

Lektion

Themenwelt abonnieren



Sie finden dieses Video auf YouTube unter „in.kontakt APP“

<https://www.youtube.com/watch?v=hUgDuwiXwto>

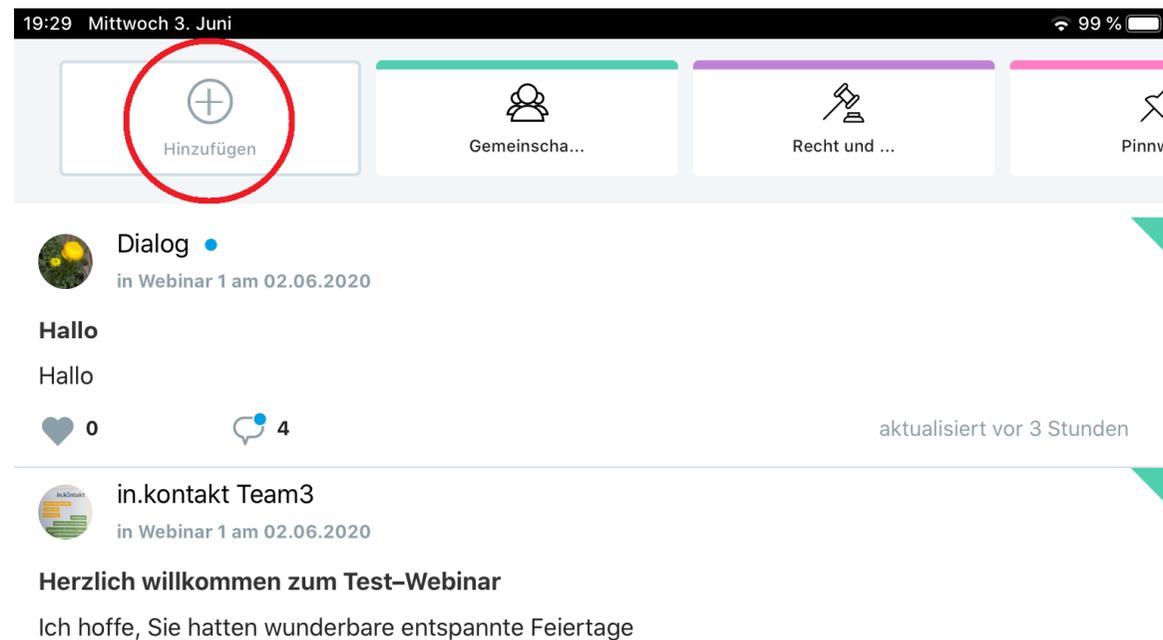
Übung
Themenwelt
abonnieren

Jetzt üben wir
gemeinsam das
Gelernte.

Übung

Themenwelt abonnieren

Wählen Sie dazu links oben
„Hinzufügen“.



Übung

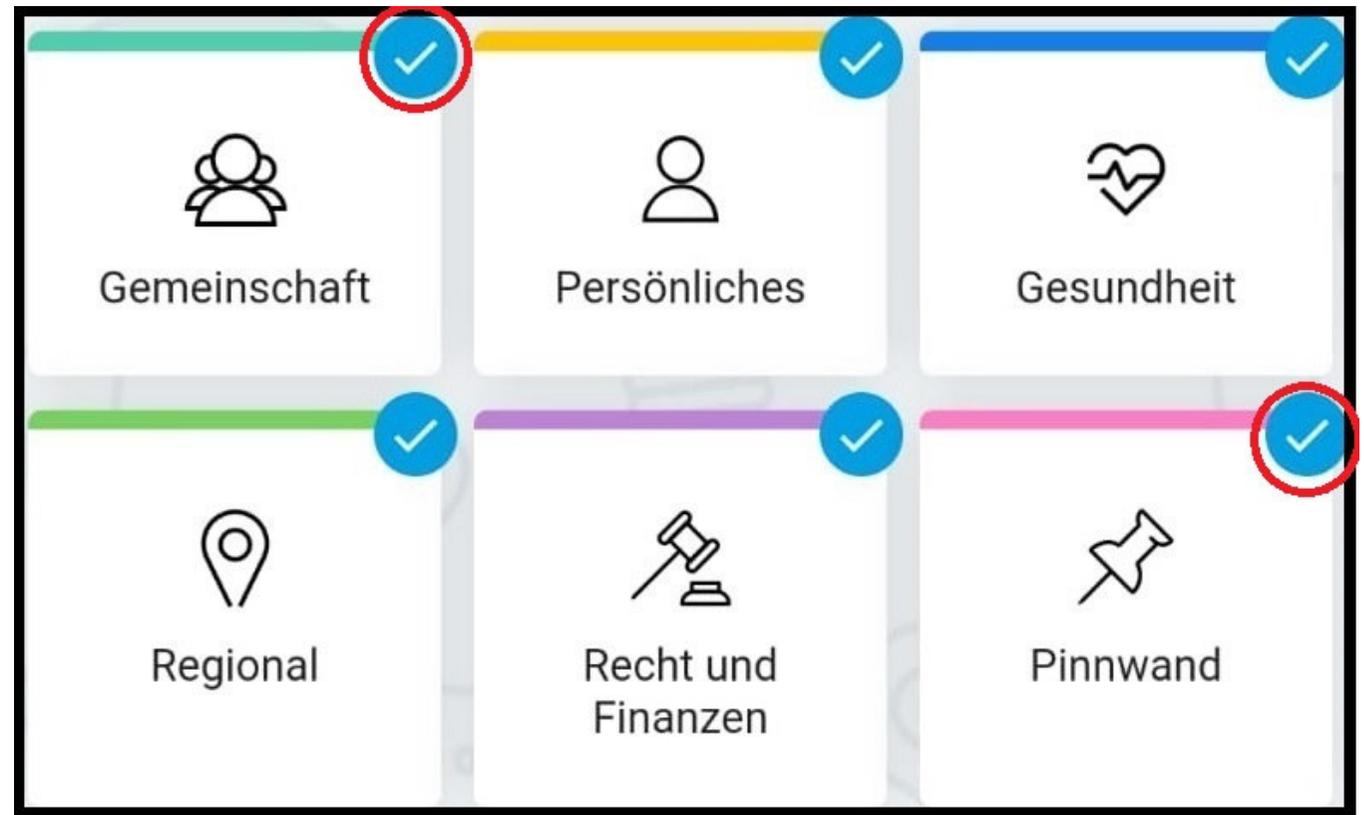
Themenwelt
abonnieren

Wählen Sie nun alle
verfügbaren
Themenwelten aus.

Sie können Ihre Auswahl
jederzeit wieder ändern.

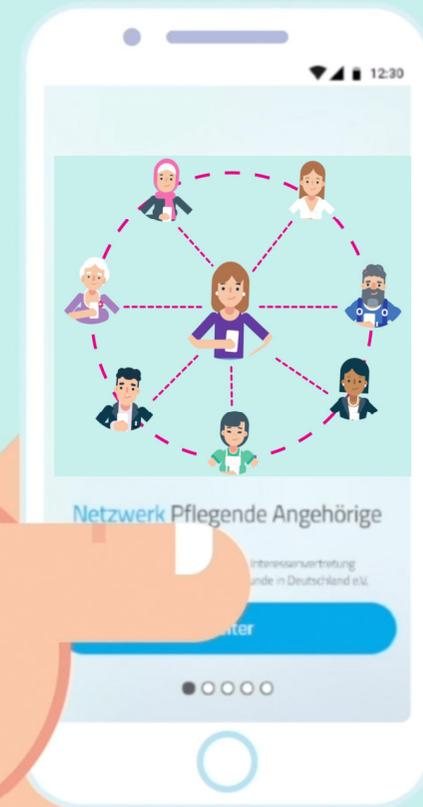
Übung

Themenwelt abonnieren



in.kontakt

Unterschiede Gruppen



Unterschiede Gruppen

Welche Arten von
Gruppen gibt es?

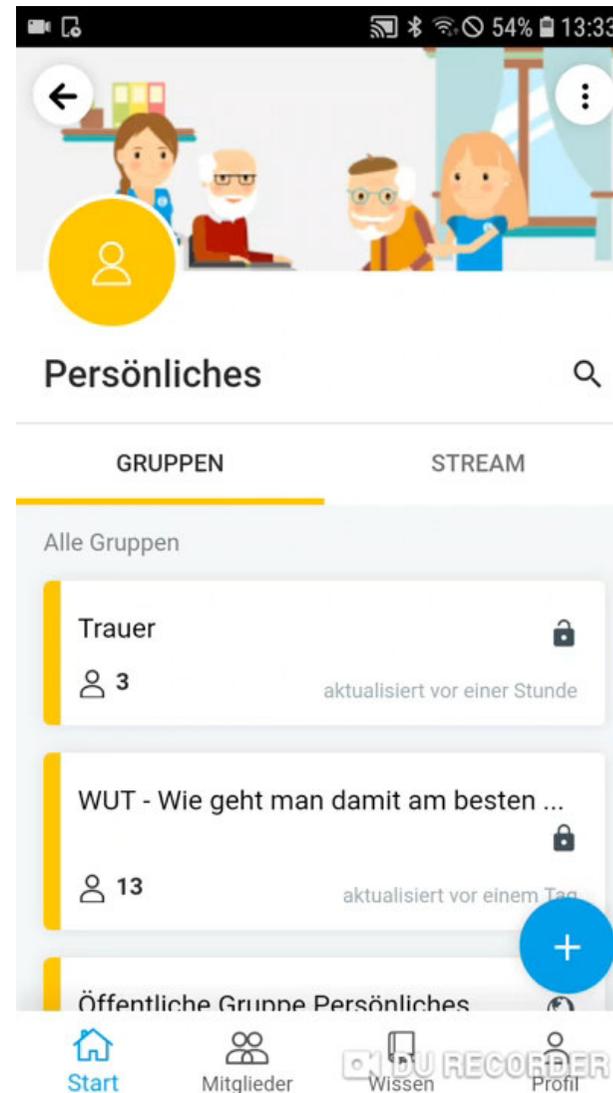
Worin bestehen die
Unterschiede?

Unterschiede
Gruppen

Sehen Sie sich bitte in
Ruhe das Video an.

Lektion

Unterschiede Gruppen



Sie finden dieses Video auf YouTube unter „in.kontakt APP“

<https://www.youtube.com/watch?v=b23ZxvLWpys>

Lektion

Unterschiede Gruppen

Pinwand

GRUPPEN AKTUELLE BEITRÄGE

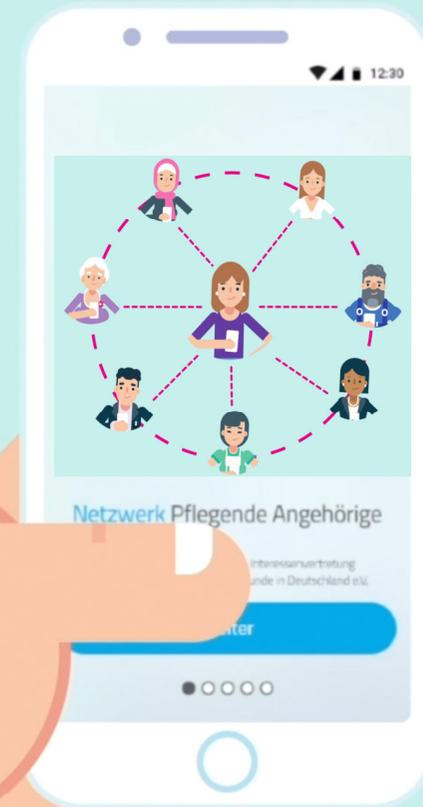
MEINE GRUPPEN

- Brief- und Kummerkasten**
Das ist eine offene Gruppe. Man kann dieser Gruppe beitreten und sich zum Thema austauschen.
- Veranstaltungsempfehlungen**
- Öffentliche Gruppe Pinwand**
Das ist eine öffentliche Gruppe. Was hier steht, kann man sogar ohne App lesen unter <https://in-kontakt.online/#/>
- in.kontakt Team**
Das ist eine geschlossene Gruppe. Erst wenn man in die Gruppe aufgenommen wurde, kann man sich mit den anderen Gruppenmitgliedern austauschen.
- Empfehlungen zu Medienbeiträgen**
- Buchempfehlungen**

Lektion
öffentliche
Gruppen auf
der
Internetseite
www.in-kontakt.online

The screenshot shows the in.kontakt website interface. At the top, the logo 'in.kontakt' is visible. Below it, there is a navigation bar with a hamburger menu icon. The main content area features a large blue button labeled 'Frage stellen'. A purple arrow points to this button with the text 'Hier einfach eine Frage stellen!'. A modal window titled 'Wählen Sie ein Thema' is open, displaying a grid of theme options: Gemeinschaft, Persönliches, Gesundheit, Regional, Recht und Finanzen, and Pinnwand. The modal also contains the text: 'Die Frage wird dem Thema zugeordnet und andere Nutzer können diese beantworten.' At the bottom of the page, there is a section for 'Aktuelle Fragen' with three user cards: 'Sonnenblume0815 in Gesundheit', 'KJ Test in Regional', and 'in.kontakt Team3 in Gemeinschaft'. A smartphone displaying the mobile app interface is shown on the right side of the page.

in.kontakt Einer Gruppe beitreten



Gruppen
beitreten

Wie kann ich einer
Gruppe beitreten?

Wo finde ich meine
Gruppen?

Gruppen
beitreten

Sehen Sie sich bitte
zuerst in Ruhe das Video
an.

Lektion

Gruppen beitreten



Sie finden dieses Video auf YouTube unter „in.kontakt APP“

<https://www.youtube.com/watch?v=AfgfQLZgHco>

Übung 1
Einer Gruppe
beitreten

Jetzt üben wir gemeinsam
das Gelernte.

Übung 1
Einer offenen
Gruppe
beitreten

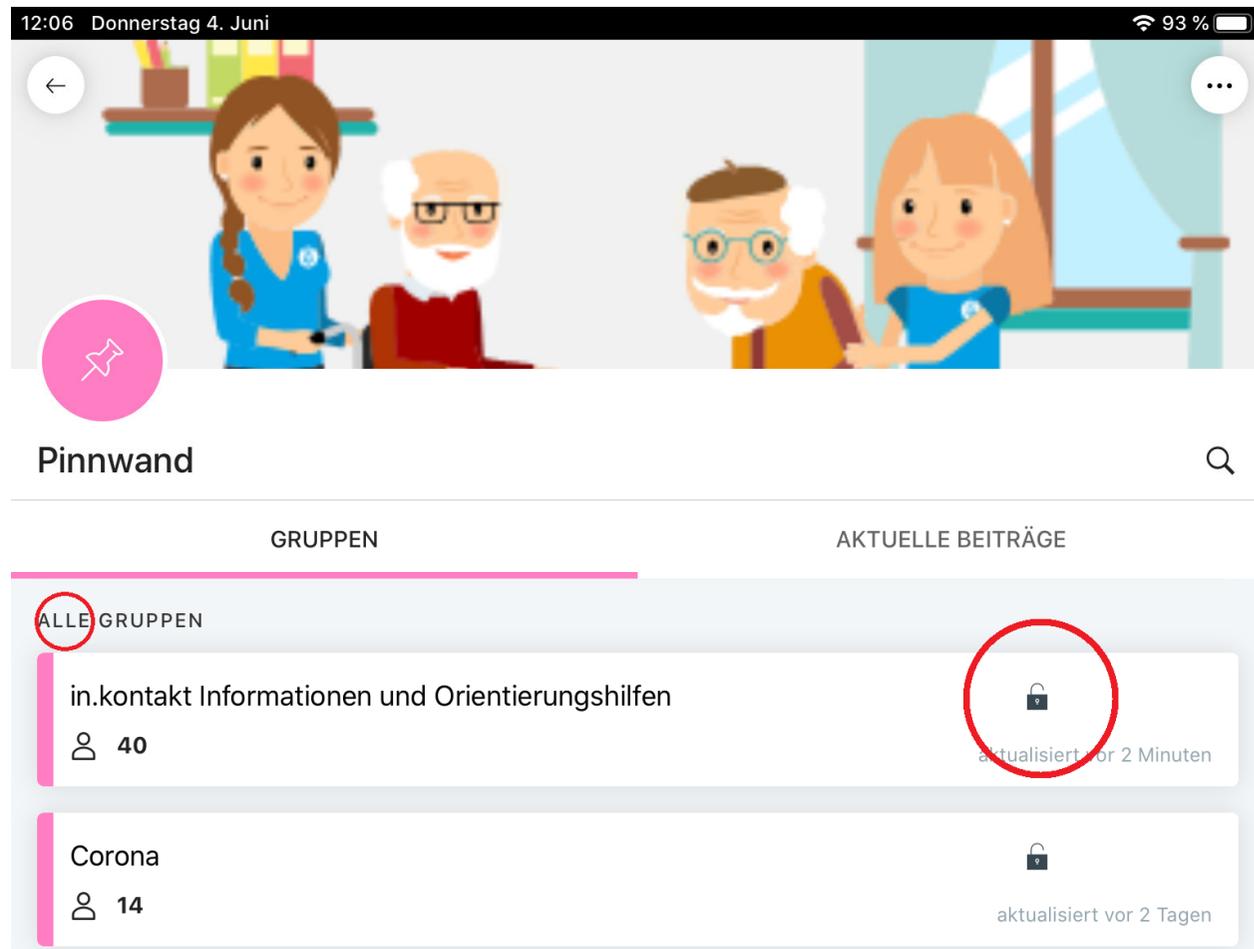
Sie treten nun einer offenen
Gruppe bei.

Übung 1
Einer offenen
Gruppe
beitreten

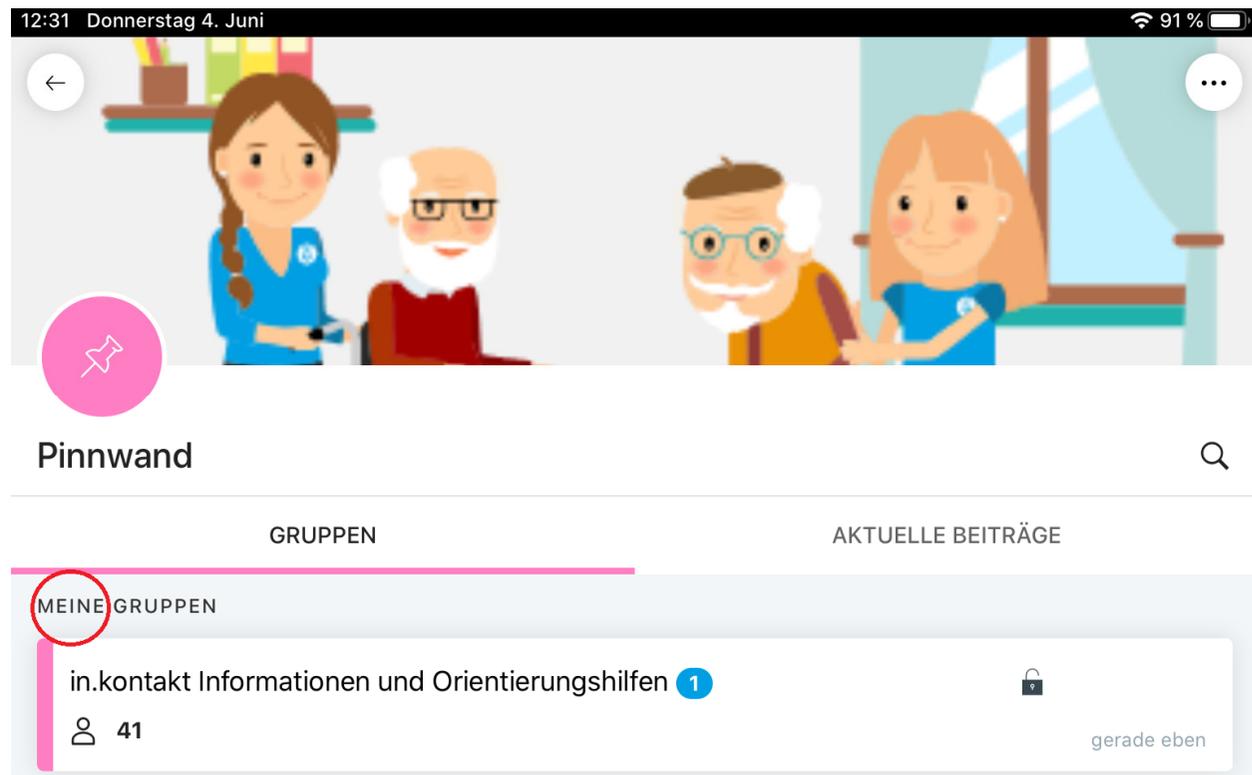
Wählen Sie dazu im
Themenfeld **Pinnwand** die
Gruppe
in.kontakt Informationen
und Orientierungshilfen

Übung 1

Einer offenen Gruppe beitreten



Sie sind ab sofort ein Mitglied dieser offenen Gruppe.



Übung 1

Einer offenen Gruppe beitreten

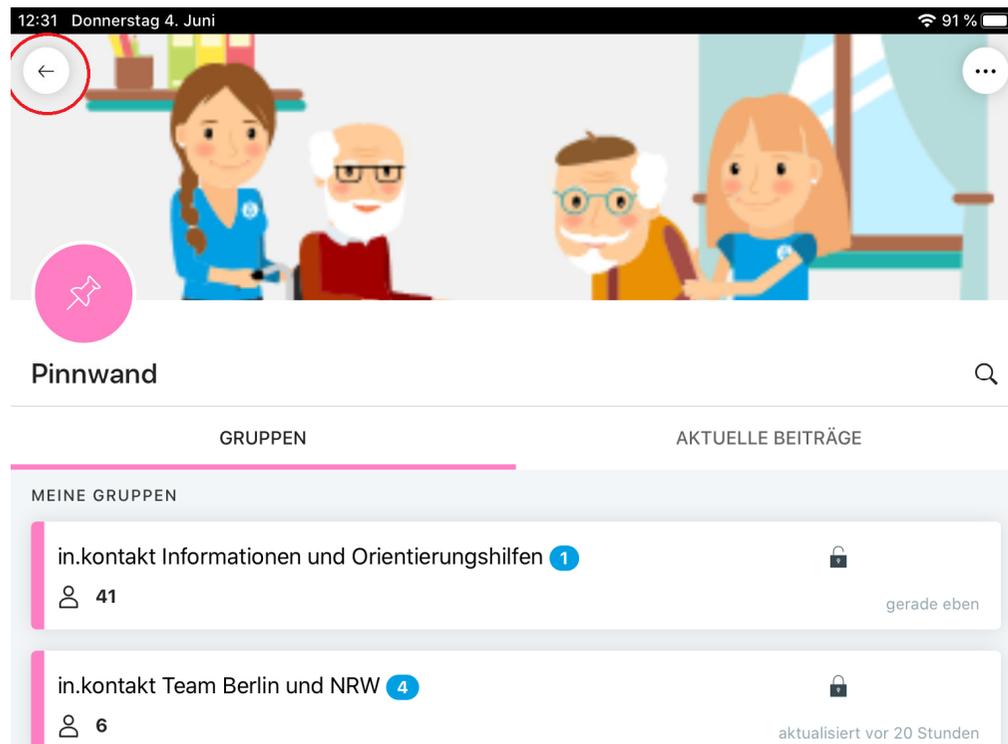
Übung 2
Einer
geschlossenen
Gruppe
beitreten

Treten Sie nun einer
geschlossenen Gruppe bei.

Übung 2

Einer geschlossenen Gruppe beitreten

Gehen Sie auf den Pfeil links oben, um wieder zur Startseite zu gelangen.

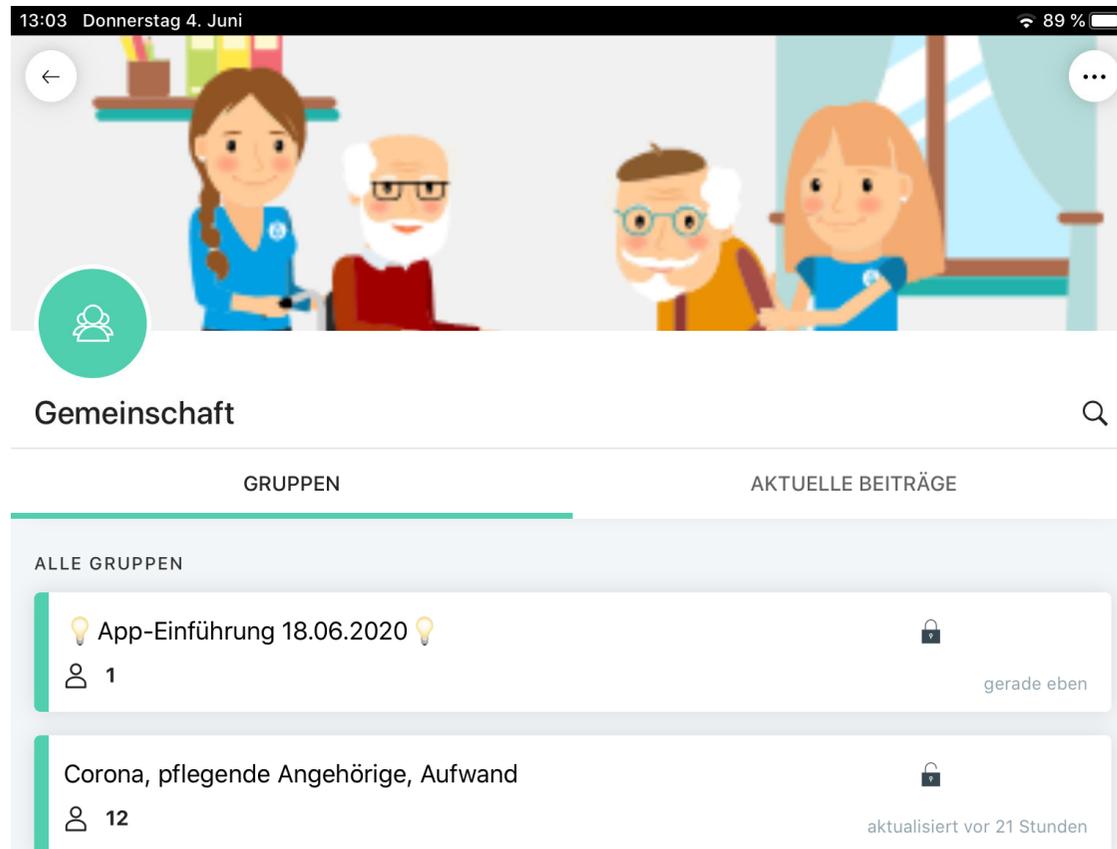


Übung 2
Einer
geschlossenen
Gruppe
beitreten

Wählen Sie nun im
Themenfeld **Gemeinschaft**
die Gruppe
**APP-Einführung mit dem
heutigen Datum** aus.

Übung 2

Einer geschlossenen Gruppe beitreten



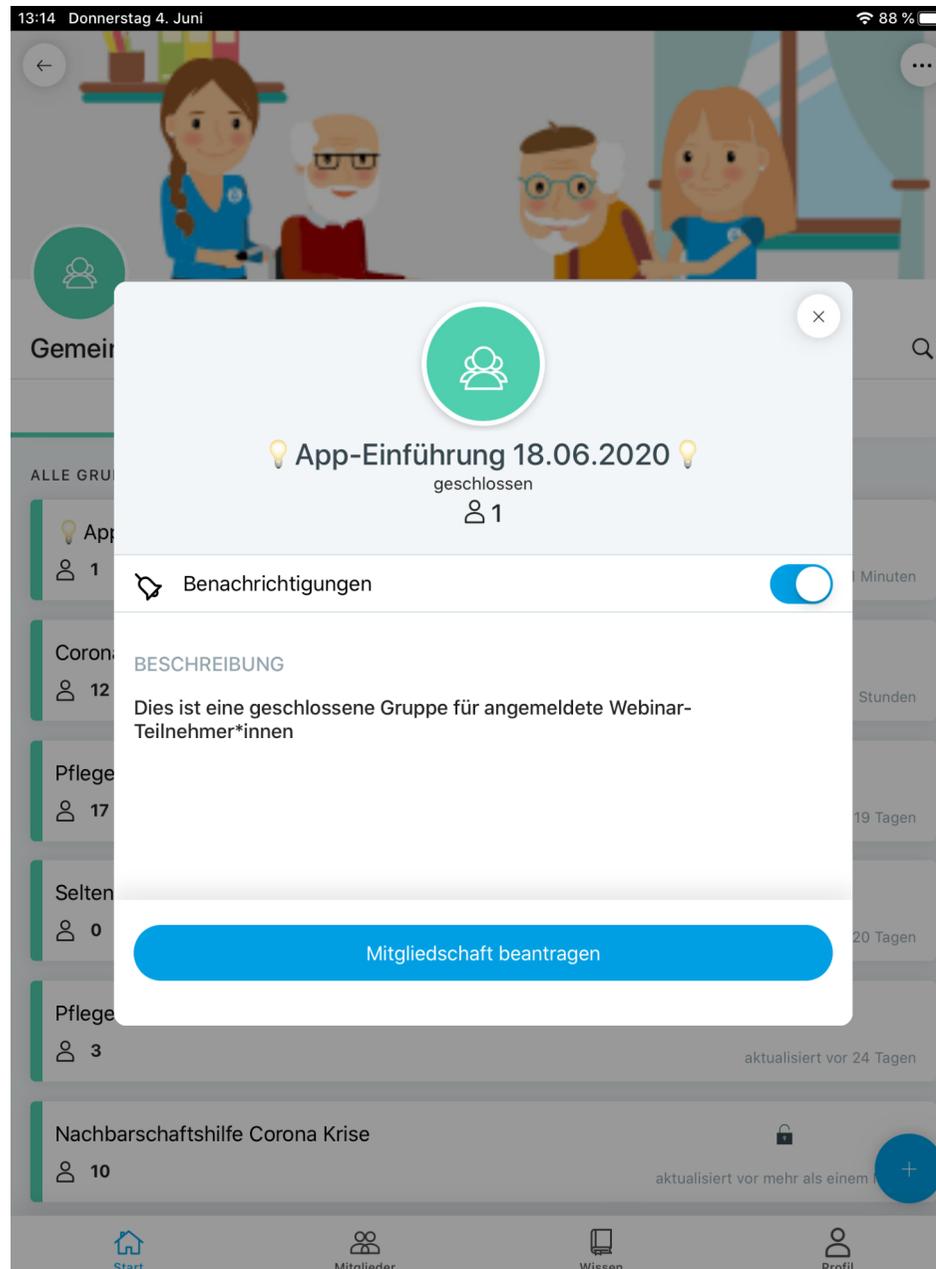
Übung 2
Einer
geschlossenen
Gruppe
beitreten

Sie müssen in dieser Gruppe
eine Mitgliedschaft erst
beantragen.

Die Gruppenleitung fügt sie
dann hinzu.

Übung 2

Einer geschlossenen Gruppe beitreten



in.kontakt Auf Beiträge antworten



Auf Beiträge
antworten

Wie kann ich auf einen
Beitrag antworten?

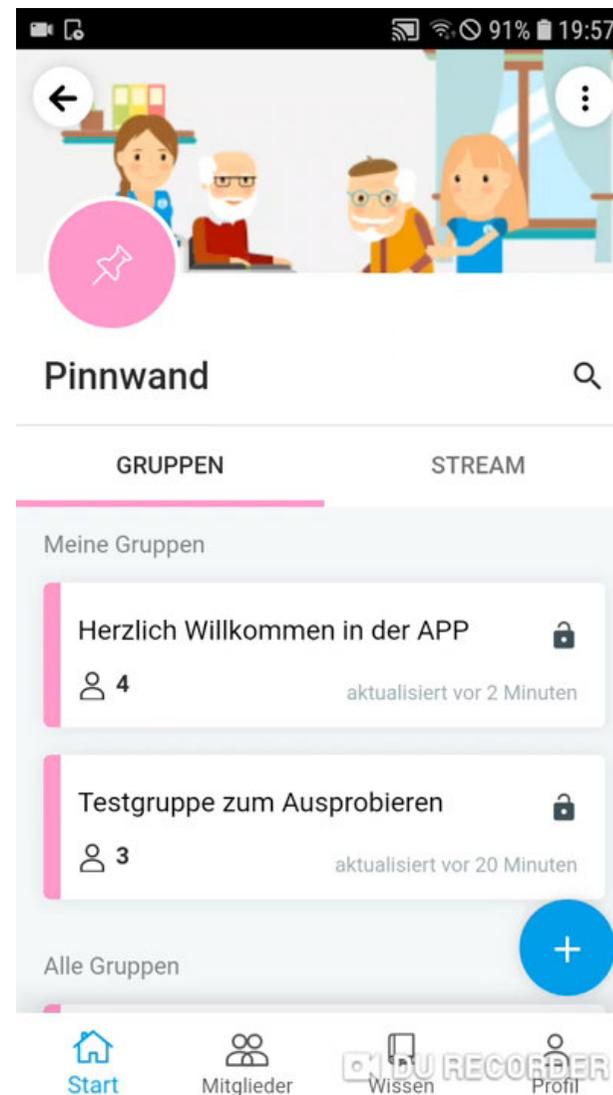
Welche Möglichkeiten
habe ich dabei?

Auf Beiträge
antworten

Sehen Sie sich zuerst in
Ruhe das Video an.

Lektion

Auf Beiträge antworten



Sie finden dieses Video auf YouTube unter „in.kontakt APP“

<https://www.youtube.com/watch?v=tBmLOEA8ZYo>

Übung
Auf einen
Beitrag
antworten

Jetzt üben wir gemeinsam
das Gelernte.

Übung
Auf einen
Beitrag
antworten

Gehen Sie in Ihre Gruppe
APP-Einführung.

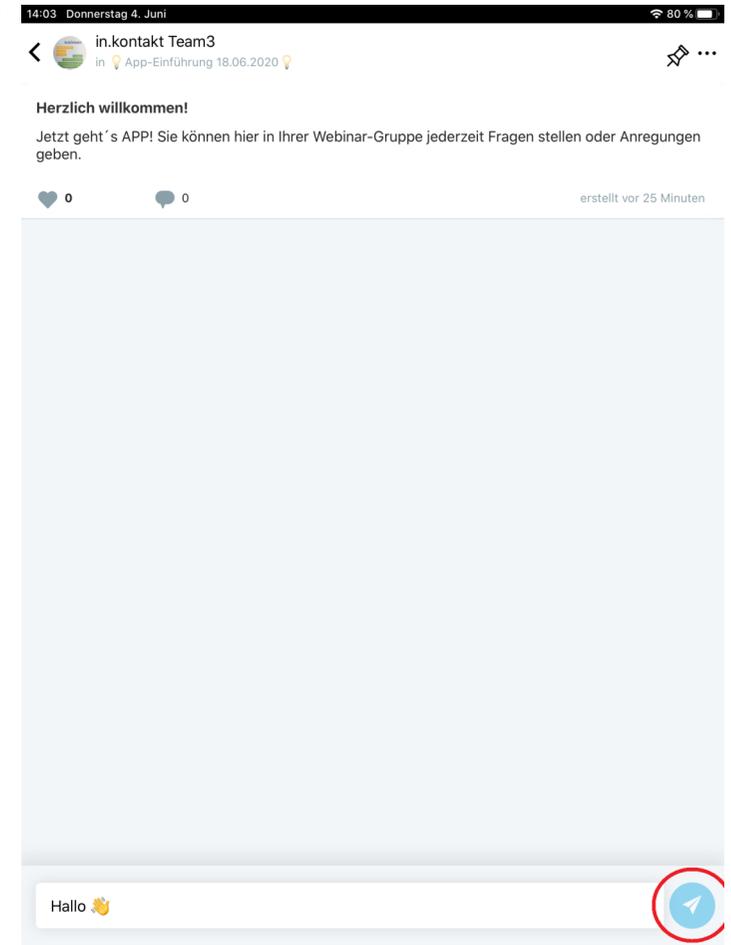
Sie finden Ihre Gruppe nun
auf der Startseite oben
unter „Meine Gruppen“.

Übung
Auf einen
Beitrag
antworten

Klicken Sie dort auf einen Beitrag. Antworten Sie nun auf einen Beitrag in Ihrer Gruppe **APP-Einführung**.

Übung

Auf einen Beitrag antworten



Übung
Auf einen
Beitrag
antworten

Sie sehen nun alle
Antworten auf den
ursprünglichen Beitrag als
einen fortlaufenden
Gesprächsfaden (thread).

in.kontakt

Neue Beiträge erstellen



Einen neuen
Beitrag
erstellen

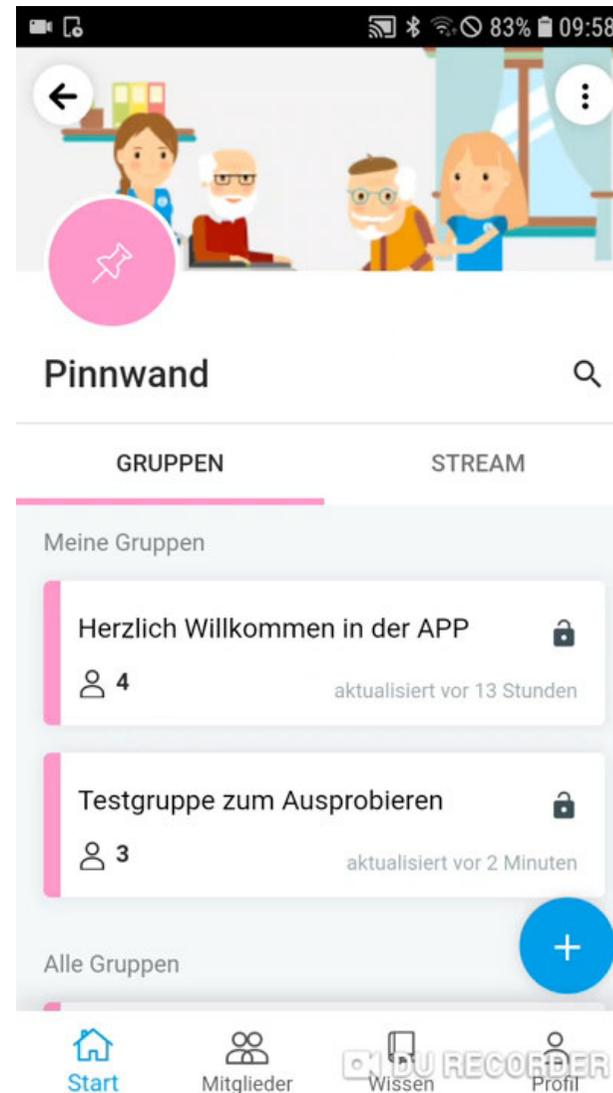
Wie kann ich einen
neuen Beitrag erstellen?

Einen neuen
Beitrag
erstellen

Sehen Sie sich zuerst in
Ruhe das Video an.

Lektion

Einen neuen Beitrag erstellen



Sie finden dieses Video auf YouTube unter „in.kontakt APP“

https://www.youtube.com/watch?v=_gaS_cWEZcs

Übung
Einen neuen
Beitrag
erstellen

Jetzt üben wir gemeinsam
das Gelernte.

Übung

Einen neuen
Beitrag
erstellen

Sie möchten nun ein neues
Thema in Ihrer Gruppe
eröffnen.

Übung
Einen neuen
Beitrag
erstellen

Verlassen Sie zunächst mit der Pfeiltaste links oben diesen Gesprächsfaden.

14:02 Donnerstag 4. Juni 80 %

  in.kontakt Team3  

in  App-Einführung 18.06.2020 

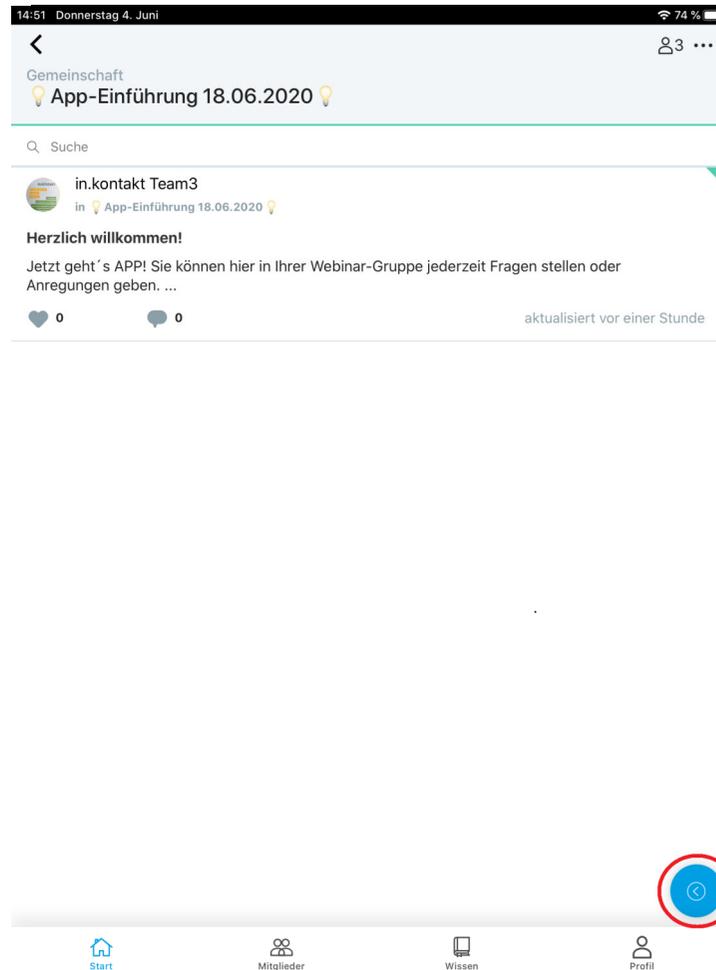
Herzlich willkommen!

Jetzt geht´s APP! Sie können hier in Ihrer Webinar-Gruppe jederzeit Fragen stellen oder Anregungen geben.

 0  0 erstellt vor 24 Minuten

Übung

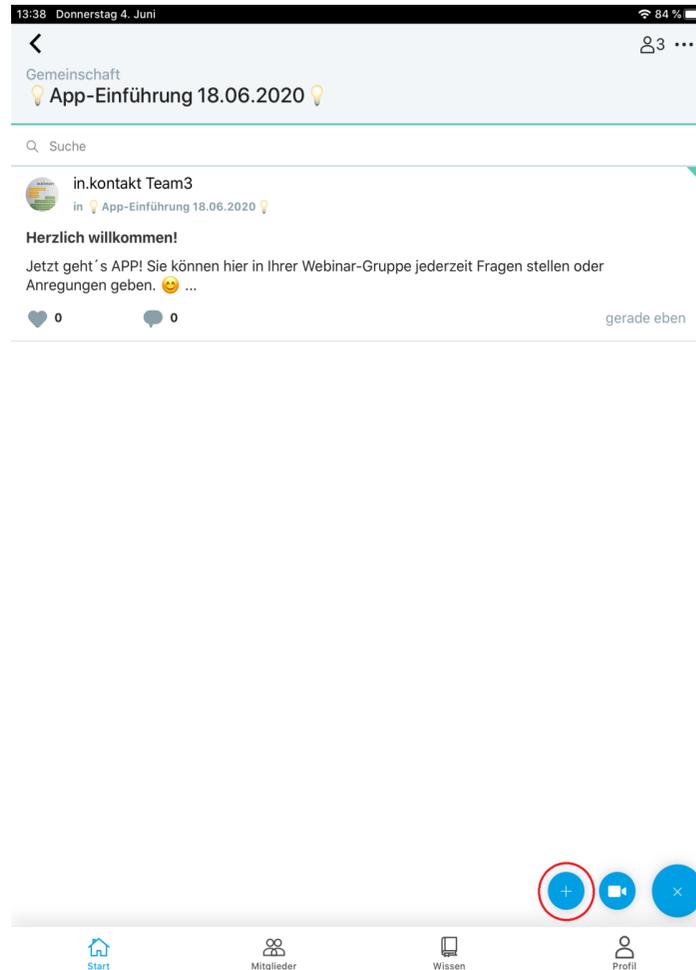
Einen neuen Beitrag erstellen



Wenn Sie auf den Pfeil klicken, erscheint ein Auswahlfenster für Ihren neuen Beitrag.

Übung

Einen neuen Beitrag erstellen

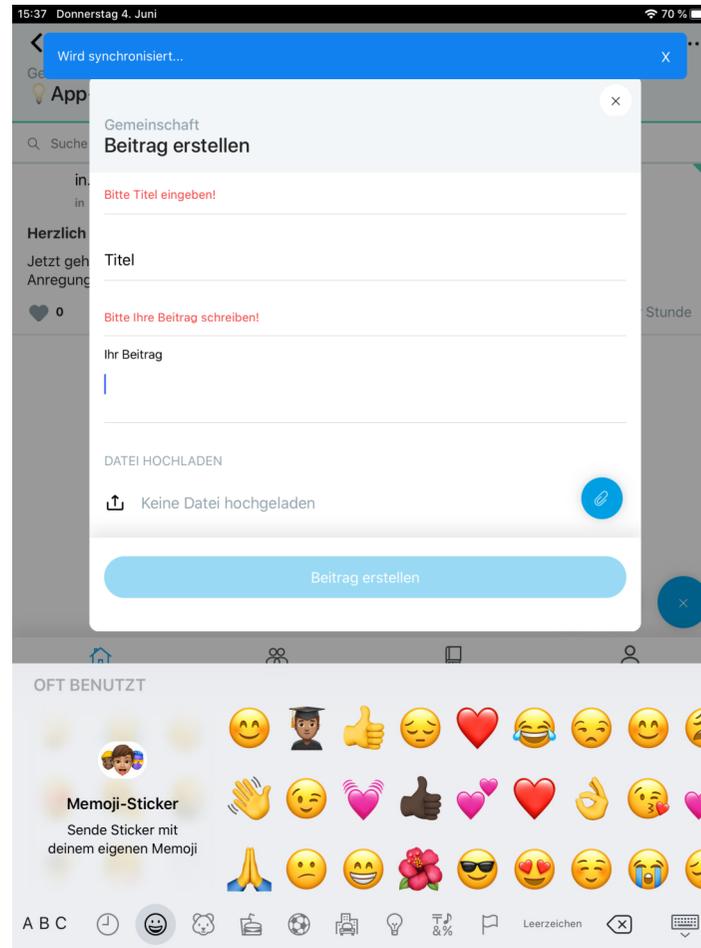


Klicken Sie auf das **Pluszeichen** und erstellen einen neuen Beitrag.

Damit beginnen Sie auch einen neuen Gesprächsfaden.

Übung

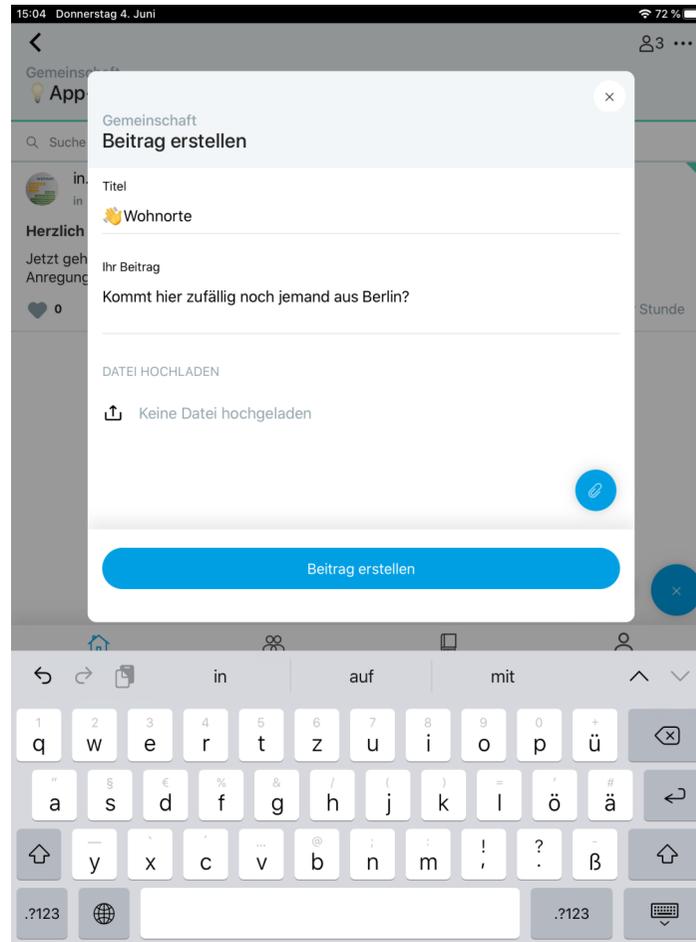
Einen neuen Beitrag erstellen



Sie können auch Bilder (sogenannte Emojies) von Ihrer Tastatur einfügen oder Dateien anhängen.

Übung

Einen neuen Beitrag erstellen



Mit Klick auf das **blaue Feld unten** schicken Sie Ihren Beitrag ab.

in.kontakt Startseite



Startseite

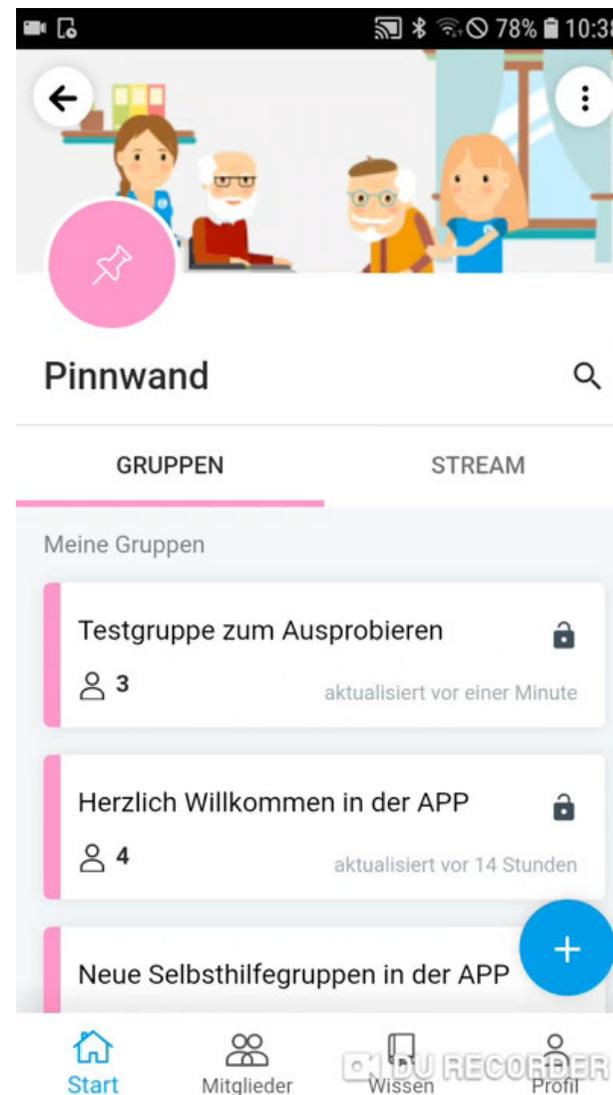
Was sehe ich auf meiner
Startseite?

Wie kann ich zwischen
meinen Gruppen und der
Startseite wechseln?

Startseite

Sehen Sie sich zuerst in
Ruhe das Video an.

Lektion Startseite



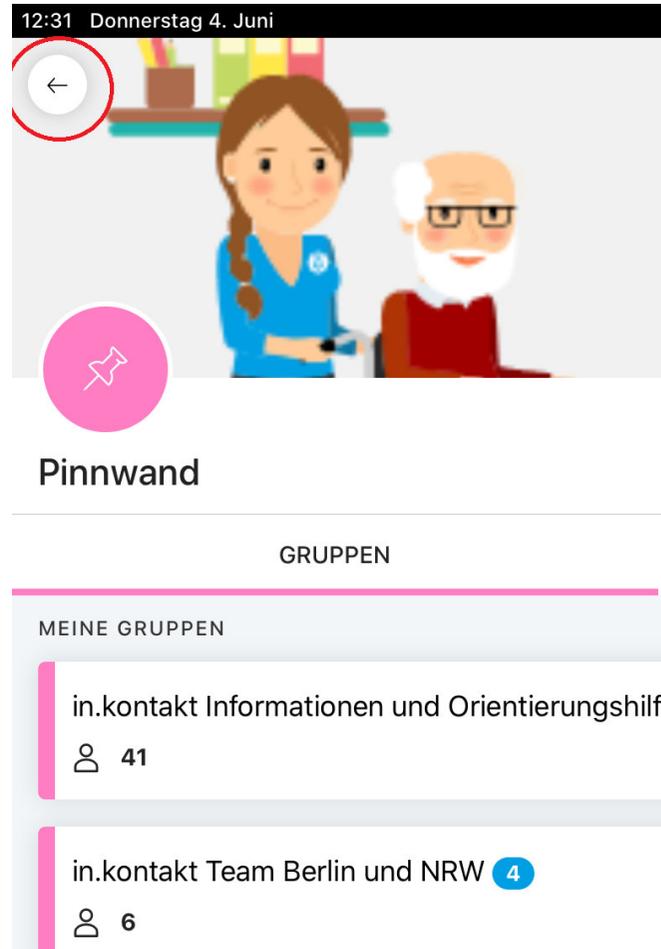
Sie finden dieses Video auf YouTube unter „in.kontakt APP“

<https://www.youtube.com/watch?v=Dlpni4liJP4>

Übung
Startseite

Jetzt üben wir gemeinsam
das Gelernte.

Übung Startseite



Wechseln Sie nun wieder zurück auf Ihre Startseite.

Drücken Sie dazu auf den **Pfeil links oben**.

Übung
Startseite

Was sehen Sie nun auf Ihrer
Startseite?

Übung Startseite

The screenshot shows a social media feed with four posts. The top navigation bar contains icons for 'Hinzufügen', 'Gemeinschaft...', 'Persönlich...', and 'Pinnw...'. The first post is by user 'E' in the group 'in Rente für pflegende Angehörige' with the title 'alles zu Rente für pA's'. It has 0 likes and 0 comments. The second post is by 'in.kontakt Team3' in the group 'in Wohnungsanpassung / Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen' with the title 'Erfahrungen oder Fragen zu Wohnumfeldverbessernden Maßnahmen / Wohnungsanpassun...'. It has 1 like and 22 comments. The third post is by user 'E' in the group 'in Entlastungsleistungen' with the title 'entlastungsbudget'. It has 0 likes and 44 comments. The fourth post is by user 'R' in the group 'in Rente für pflegende Angehörige' with the title 'Erwerbsminderungsgrenze und Pflegende'. It has 2 likes and 11 comments. The fifth post is by user 'F' in the group 'in Pflegende Angehörige von demenziell erkrankten Menschen' with the title 'Mitsreiter gesucht für den Aufbau einer Demenz-WG'. The bottom navigation bar has icons for 'Start', 'Mitglieder', 'Wissen', and 'Profil'. Annotations include a blue arrow pointing to a blue dot on the first post with the text 'dieser blaue Punkt zeigt an, dass es etwas Neues gibt', a blue circle around the comment count '44' on the third post, and a blue circle around the like count '2' on the fourth post.

Hinzufügen

Gemeinschaft...

Persönlich...

Pinnw...

E

in Rente für pflegende Angehörige

alles zu Rente für pA's

0

0

aktualisiert vor einem Tag

in.kontakt Team3

in Wohnungsanpassung / Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen

Erfahrungen oder Fragen zu Wohnumfeldverbessernden Maßnahmen / Wohnungsanpassun...

Liebe Gruppenmitglieder, haben Sie bereits Erfahrungen mit einer Wohnumfeldverbessernden Maßnahme / Wohnungsanpassung gemacht oder haben Sie Fra...

1

22

aktualisiert vor einem Tag

E

in Entlastungsleistungen

entlastungsbudget

Vorschlag

0

44

44 Antworten gibt es hier

aktualisiert vor einem Tag

R

in Rente für pflegende Angehörige

Erwerbsminderungsgrenze und Pflegende

Meine Krankenkasse zahlt für mich als pflegende Angehörige monatlich 2 Personen haben diesen Beitrag "geherzt"

2

11

aktualisiert vor einem Tag

F

in Pflegende Angehörige von demenziell erkrankten Menschen

Mitsreiter gesucht für den Aufbau einer Demenz-WG

Start

Mitglieder

Wissen

Profil

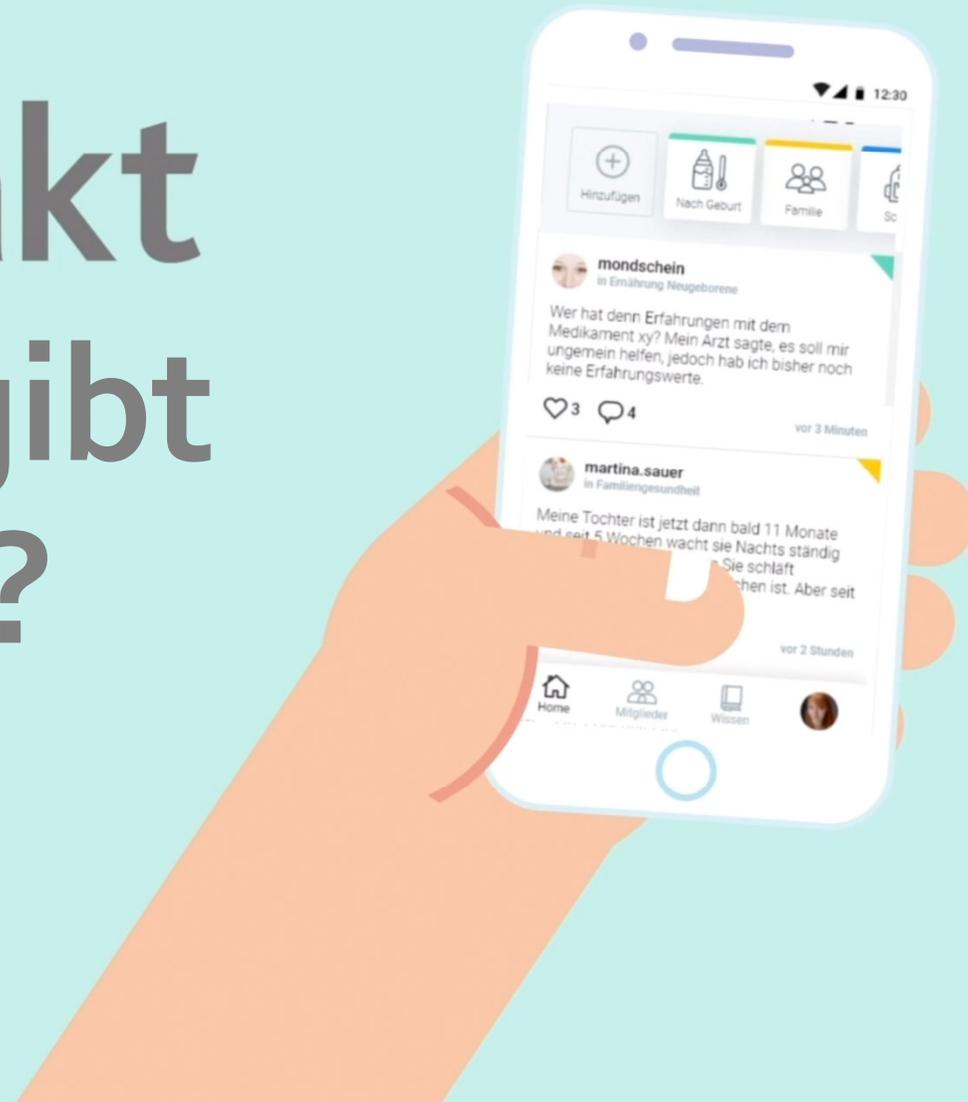
Übung Startseite

The screenshot shows a mobile application interface with a top navigation bar containing four icons: a plus sign (Hinzufügen), two people (Gemeinscha...), a single person (Persönlich...), and a pin (Pinnw...). Below this are four posts, each with a colored corner annotation:

- Post 1:** User 'E' in 'Rente für pflegende Angehörige'. Title: 'alles zu Rente für pA's'. Annotations: 'hier wird angezeigt, wann die letzte Antwort zu diesem Beitrag verfasst wurde' with a blue arrow pointing to the post's update time 'aktualisiert vor einem Tag'.
- Post 2:** User 'in.kontakt Team3' in 'Wohnungsanpassung / Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen'. Title: 'Erfahrungen oder Fragen zu Wohnumfeldverbessernden Maßnahmen / Wohnungsanpassun...'. Text: 'Liebe Gruppenmitglieder, haben Sie bereits Erfahrungen mit einer Wohnumfeldverbessernden Maßnahme / Wohnungsanpassung gemacht oder haben Sie Fra...'. Annotations: 'aktualisiert vor einem Tag'.
- Post 3:** User 'E' in 'Entlastungsleistungen'. Title: 'entlastungsbudget'. Text: 'Vorschlag'. Annotations: 'aktualisiert vor einem Tag'.
- Post 4:** User 'R' in 'Rente für pflegende Angehörige'. Title: 'Erwerbsminderungsrente und Pflegende'. Text: 'Meine Krankenkasse zahlt für mich als pflegende Angehörige monatlich'. Annotations: 'die violette Ecke zeigt an, dass der Beitrag aus der Themenwelt "Recht und Finanzen" stammt' with a blue arrow pointing to the purple corner.
- Post 5:** User 'F' in 'Pflegende Angehörige von demenziell erkrankten Menschen'. Title: 'Mitstreiter gesucht für den Aufbau einer Demenz-WG'. Annotations: 'die grüne Ecke zeigt an, dass der Beitrag aus der Themenwelt "Gemeinschaft" stammt' with a blue arrow pointing to the green corner.

At the bottom is a navigation bar with icons for 'Start', 'Mitglieder', 'Wissen', and 'Profil'.

in.kontakt Und was gibt es noch?



Überblick
Was gibt es
noch?

Welche Möglichkeiten haben
Sie außerdem noch in Ihrer
APP in.kontakt?

Überblick

Mitglieder

Wissen

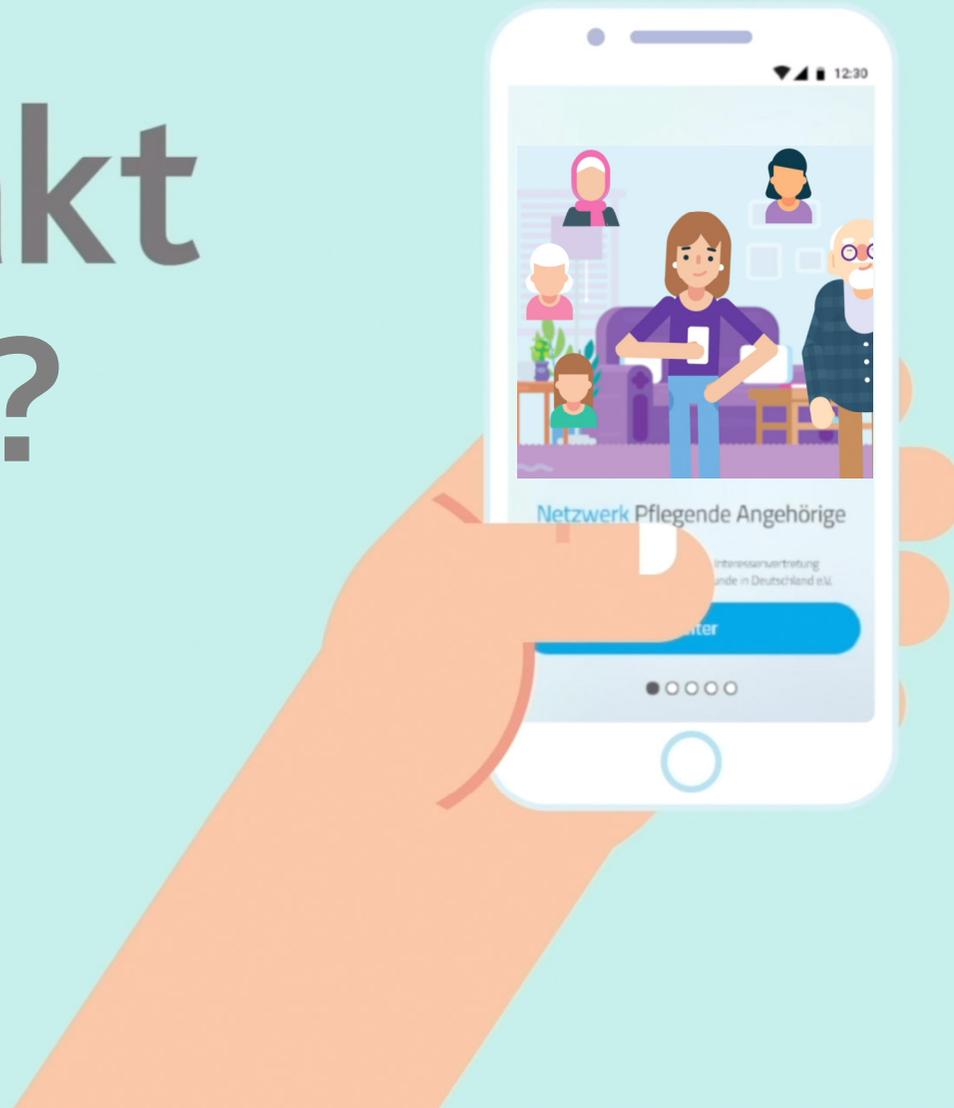
Profil

MEINE GRUPPEN

Pflegende Angehörige von demenziell erkrankten Menschen		
++ HILFSMITTEL - TAUSCHBÖRSE ++	<u>Wissensbereich</u> hier erhalten Sie viele hilfreiche Informationen rund um das Thema Pflege: z.B.	
Was sagen die Medien?	Informationen über Leistungsansprüche, Urlaub, Reha, Veranstaltungen, Buchempfehlungen von und für pflegende Angehörige	
Öffentliche Gruppe Gemeinschaft		
	<u>Mitglieder</u> hier können Sie sich mit anderen Mitgliedern im 1:1-Kontakt austauschen, ohne dass andere App-Nutzer mitlesen	<u>Profil</u> hier kann man: - ein Bild einfügen - Steckbrief schreiben - Postleitzahl angeben - Bezug zur Pflegeperson beschreiben

Start Mitglieder Wissen Profil

in.kontakt Fragen?



Sie haben noch Fragen?

Fragen können Sie jederzeit in Ihrer **Gruppe APP-Einführung** stellen. Viele Antworten finden Sie aber auch bereits in Ihrer Gruppe **„in.kontakt Informationen und Orientierungshilfen“**

**Vielen Dank
für Ihre Aufmerksamkeit!**

**Wir hoffen, diese Einführung
hat Ihnen gefallen und
freuen uns auf Ihr Feedback!**

wir pflegen!

Interessenvertretung und Selbsthilfe
pflegender Angehöriger e. V.



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

gefördert durch:



wir pflegen!

Interessenvertretung und Selbsthilfe
pflegender Angehöriger
in Nordrhein-Westfalen e. V.



Projektpartner:



Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

ZONE35



Katholische Hochschule Nordrhein-Westfalen
Catholic University of Applied Sciences