

HEIME

Modellprojekt „Gemeinsam in Bewegung“

Lebensqualität der Bewohner nachhaltig sichern

Im Rahmen des Präventionsgesetzes fördern Pflegekassen die Gesundheit von Heim-Bewohnern – so auch das Projekt „Gemeinsam in Bewegung“.

Von Claudia Kunze

Berlin/Potsdam // Mit dem Inkrafttreten des Präventionsgesetzes zum 25. Juli 2015 haben die Pflegekassen die Möglichkeit erhalten, die Gesundheitsförderung bei Menschen in stationären Pflegeeinrichtungen qualitativ gesichert auf- und auszubauen sowie weiterzuentwickeln. Prävention und Gesundheitsförderung haben damit einen hohen Stellenwert und verfolgen das Ziel, die Lebensqualität der Versicherten in stationären Einrichtungen nachhaltig zu sichern. Dabei ist die Stärkung der körperlichen und psychosozialen Gesundheit pflegebedürftiger Menschen eines der Kernanliegen.

Bewegungsübungen für den Alltag vermitteln

Die Seniorenpflegeheime der Alexianer haben das Ziel, die gesundheitliche Situation in ihren Einrichtungen zu verbessern und die gesundheitlichen Ressourcen und Fähigkeiten der Bewohner weiter zu stärken. Das Projekt „Gemeinsam in Bewegung“ der Ersatzkassen in Berlin/Brandenburg in Zusammenarbeit mit den Seniorenheimen der Alexianer ist ein Baustein

zur Umsetzung dieses Grundgedankens. Ziel ist es, die pflegebedürftigen Menschen der Einrichtungen gezielt in ihrer körperlichen Aktivität zu stärken und zu unterstützen und ihnen Bewegungsübungen für den Alltag zu vermitteln. Denn körperliche Bewegung ist nicht nur essentiell für die Durchführbarkeit des alltäglichen Lebens, sondern kann auch die Prävention zusätzlicher Erkrankungen unterstützen. Die Teilnahme an gemeinschaftlichen Aktivitäten stärkt zudem die soziale Teilhabe der Pflegebedürftigen. Durch das Projekt möchten die Kooperationspartner alle Beteiligten für eine gesundheitsförderliche Lebensweise sensibilisieren. Das Pilotprojekt „Gemeinsam in Bewegung“ steht im Zusammenhang mit dem Leitfadens Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen nach § 5 SGB XI. Der Leitfaden legt die Kriterien für die Leistungen der Pflegekassen zur Prävention und Gesundheitsförderung in stationären Pflegeeinrichtungen fest. Unter Beteiligung der Pflegebedürftigen und der Pflegeeinrichtungen wurde ein Maßnahmenprogramm partizipativ entwickelt. Dieses beinhaltet unter anderem Bewegungsangebote in der Gruppe, Vermittlung von Bewegungsübungen für den Alltag so-



Bewegung ist Prävention und wird durch die Pflegekassen in Heimen unterstützt.

Foto: Werner Krüper

wie Vernetzungen in der Region. Um die bewegungsförderlichen Maßnahmen dauerhaft anbieten und etablieren zu können, werden Multiplikator-schulungen durchgeführt und die Strukturen in den Einrichtungen angepasst.

Projekt soll auch nach Abschluss in Heimen fortbestehen

Das Projekt wird von der vdek-Landesvertretung Berlin/Brandenburg

im Namen der Ersatzkassen getragen und umgesetzt. Grundlage ist der vom Gesetzgeber geschaffene Rahmen zur Umsetzung des Präventionsgesetzes. Auch nach Projektabschluss wird das Projekt innerhalb der Seniorenpflegeheime der Alexianer fortbestehen, da die geplanten Maßnahmen nachhaltig und langfristig konzipiert sind. Eine Etablierung der Angebote in den Bereichen körperliche Aktivität und psychosoziale Gesundheit kann durch die Quali-

zierungsmaßnahmen der Mitarbeiter und Anpassung der Strukturen gewährleistet werden. Derzeit befindet sich das Projekt noch in der Startphase. Zur Qualitätssicherung wird das Projekt dokumentiert und evaluiert.

■ Die Autorin ist Referentin für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit beim Verband der Ersatzkassen (vdek) Berlin Brandenburg