

Steckbrief „Bewegt gepflegt“ – Konzeption eines Förderprogramms für Pflegeeinrichtungen	
Kommunales Gesundheitsziel	<p>Lebensphase „Gesund altern“:</p> <ul style="list-style-type: none"> „Lebensübergänge von Älteren werden präventiv gestaltet“ „Die gesundheitliche Situation und Resilienz von isolierten, psychisch erkrankten, immobilen, von Armut bedrohten Älteren wird verbessert.“
Handlungsfeld	Bewegung (soziale Teilhabe)
Hauptziele der Maßnahme	<ul style="list-style-type: none"> Die Alltagsbewegung von Bewohnerinnen und Bewohnern in Alten- und Pflegeeinrichtungen soll gefördert werden Nachhaltige Verankerung der Bewegungsförderung in den Einrichtungen
Lebenswelt	Alten- und Pflegeeinrichtungen
Ansatz	Universelle Prävention
Relevante Akteure	Leitungskräfte und Mitarbeiter*innen in Alten- und Pflegeeinrichtungen
Umsetzungsbeginn	08/2023
Finanzierung	Eigenmittel des Landkreises und Fördermittel der gesetzlichen Krankenkassen
Zielgruppe	Ältere und hochaltrige Bewohnerinnen und Bewohnern in Alten- und Pflegeeinrichtungen
Maßnahmenbeschreibung	<ul style="list-style-type: none"> Grundlage des Programms sind die gemachten Erfahrungen im Rahmen des Forschungsprojekts „PfleBeO“ auf Bundesebene in einer Einrichtung im Landkreis. Der Fokus der Einrichtung soll auf Bewegungs-Ressourcen der Bewohner*innen und deren Förderung gelenkt werden. Die Bewegung soll durch räumliche und prozessuale Gestaltung, weniger durch Einzelanwendungen, gefördert werden. Hierbei sollen Ideen durch und mit Mitarbeiter*innen und Bewohner*innen sowie deren Angehörige entwickelt werden, um eine gute Akzeptanz zu schaffen. Darüber hinaus soll der interdisziplinäre Austausch in Bezug auf Bewegung der Bewohner*innen gefördert werden (Pflege, Hauswirtschaft, Küche, Ergotherapie, Betreuung, Leitungsebene, usw.). Hauptziel ist es, die Bewegungsförderung im Alltag als Teil des Organisationskonzeptes/Leitbildes zu etablieren. Die wichtigsten Instrumente der Umsetzung sind eine externe fachliche Prozessbegleitung sowie die Umsetzung erster Maßnahmen in den Einrichtungen.
Partizipation	Die Bedürfnisse der Teilnehmer*innen werden bei der Ausgestaltung einbezogen. Empowerment und Motivation der Mitarbeiter*innen soll durch Qualifizierung (Multiplikatorenansatz) verfolgt werden („ <u>Bewegungsexpert*innen in der Pflege</u> “ durch die DTB-Akademie). Die Möglichkeit selbst Ideen zu entwickeln und Wissen weiterzugeben wird dabei als Instrument für Nachhaltigkeit betrachtet und wurde schon bei der Konzeptentwicklung praktiziert.
Evaluation	Die Begleitevaluation in der Pilotphase mit vier Einrichtungen ergab u.a., dass durch die Prozessberatung die Aktivierung und Motivation der Bewohner sich verbessert hat und das Vorgehen eine Erweiterung und Ritualisierung des Bewegungsangebots bedeutet. Des Weiteren haben alle 10 Teilnehmenden an der im Konzept integrierten Multiplikatorenschulung sich in der Lage gefühlt, ihr Wissen in der Praxis



	umzusetzen und es an Kolleg*innen weiterzugeben. Insgesamt waren die Einrichtungen sehr zufrieden mit dem Verlauf und beurteilten die Ergebnisse positiv.
Ansprechpartner*in	<ul style="list-style-type: none">• Geschäftsstelle der Initiative Gesundheit fördern – Versorgung stärken• Altenplanungen des Landkreises Marburg-Biedenkopf und der Universitätsstadt Marburg