

GESUND UND AKTIV ÄLTER WERDEN

5. BUNDESKONFERENZ 05.APRIL.2017

**„PRÄVENTIONSPOTENTIALS IM HOHEN ALTER - ANSÄTZE DER PRÄVENTION
UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG IN DER LEBENSWELT PFLEGEEINRICHTUNG**

LÜBECKER MODELL
Bewegungswelten



**Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung**



SENIORINNENEINRICHTUNGEN
DER HANSESTADT LÜBECK



Hintergrund

- ❖ Auftrag für soziale Pflegeversicherung durch das Präventionsgesetz (PrävG)
 - ❖ ⇔ Menschen in stationären Pflegeeinrichtungen mit gesundheitsfördernden Angeboten erreichen
- ❖ LMB erfüllt die Anforderungen an ein solches Angebot

5. Bundeskonferenz Gesund und aktiv älter werden

3

Menschen in Deutschland werden so alt wie nie zuvor. Um die Mobilität und Selbstständigkeit der älteren Menschen aufrechtzuerhalten, ist es wichtig, gezielte vorbeugende und gesundheitsfördernde Maßnahmen anzubieten, die individuelle Ressourcen freisetzen und stabilisieren.

Hier setzt die 5. Bundeskonferenz „Gesund und aktiv älter werden“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung an. Ziel der Konferenz ist es, die Potenziale von Prävention und Gesundheitsförderung im hohen Alter zu erörtern und erfolgreiche Ansätze bekannt zu machen. Ein Schwerpunkt liegt dabei auf der Lebenswelt Pflegeeinrichtung. Im Fokus der Konferenz stehen die folgenden Fragen:

- Wie kann eine möglichst gute Gesundheit und Lebensqualität auch im hohen und höchsten Lebensalter bzw. bei Pflegebedürftigkeit gefördert werden?
- Wie können die Selbstgestaltungsmöglichkeiten Hochaltriger, insbesondere auch in Pflegeeinrichtungen, gestärkt werden?
- Bedarfe und Ansätze für Prävention und Gesundheitsförderung in der Lebenswelt Pflegeeinrichtung – wo könnte die Entwicklung hingehen?

Teil der Konferenz ist die Vorstellung des „Lübecker Modells Bewegungswelten“, eines Trainingsprogramms zur Bewegungsförderung in Pflegeeinrichtungen, das im Rahmen des BZgA-Programms „Älter werden in Balance“ mit Förderung des Verbands der Privaten Krankenversicherung e. V. (PKV) entwickelt wurde.

Programm

10:30 Uhr **Begrüßung**

Eröffnung und Einführung

Dr. Heidrun Thaiss, BZgA

Grußwort

Annette Widmann-Mauz, MdB, Parlamentarische Staatssekretärin beim Bundesminister für Gesundheit

Grußwort

Dr. Volker Leienbach, Verband der privaten Krankenversicherung e. V.

11:00 Uhr **Impulsvorträge**

Förderung körperlicher und psychischer Gesundheit – die Potenziale stationärer Pflege für Selbstständigkeit und Teilhabe

Prof. Dr. Dr. Andreas Kruse, Universität Heidelberg

Förderung der Gesundheitskompetenz im Alter

Prof. Dr. Doris Schaeffer, Universität Bielefeld

Prävention für Hochaltrige unter dem Dach der stationären Pflege

Dr. Martin Willkomm, Krankenhaus Rotes Kreuz Lübeck - Geriatriezentrum

Praktische Vorstellung des Lübecker Modells Bewegungswelten

13:00 Uhr **Mittagspause**

14:00 Uhr **Parallele Foren**

Forum 1 Lübecker Modell Bewegungswelten (LMB)

Möglichkeiten und Limitationen körperlicher Aktivität im LMB

Dr. Thorsten Schmidt, Universitätsklinikum Schleswig-Holstein

Abbildung der Zielkriterien des LMB im geriatrischen Assessment

Dr. Sonja Krupp, Krankenhaus Rotes Kreuz Lübeck - Geriatriezentrum

Das LMB aus Perspektive der Pflegeeinrichtung

Heiko Schmölcke, SeniorenEinrichtungen Hansestadt Lübeck

Praktische Umsetzung des LMB

Dr. Christina Ralf und Anja Krahnert, Krankenhaus Rotes Kreuz Lübeck - Geriatriezentrum
Moderation: Siam Schoofs, BZgA

Forum 2 Gesundheitsförderung in der Pflege unter Berücksichtigung der Qualitätsentwicklung

Prävention in der stationären Pflege:

Empfehlungen, Wirksamkeit, Hindernisse

Prof. Dr. Beate Blättner, Hochschule Fulda

Optionen für Gesundheitsförderung in der stationären Langzeitversorgung mit Blick auf die Versorgungsqualität

Dr. Annett Horn, Universität Bielefeld

Implementation von Gesundheitsförderung in Einrichtungen der stationären Altenpflege.

Bericht aus einem Modellprojekt

Udo Castedello und Stephan Riedl, BBI Gesellschaft für Beratung Bildung Innovation mbH, Berlin

Moderation: Thomas Kleina, Universität Bielefeld

Forum 3 Autonomie und Selbstbestimmung in der Pflegeeinrichtung

Förderliche und hinderliche Faktoren für die Verwirklichung von Autonomie und Selbstbestimmung von Pflegeheimbewohnerinnen und -bewohnern

Prof. Dr. Johannes Pantel, Johann Wolfgang Goethe-Universität, Frankfurt

Was Menschen Menschen geben können – Förderung von Gesundheit durch soziale Beziehungen

Prof. Dr. Eric Schmitt, Universität Heidelberg

Was kann ein Quartiershaus für Menschen mit Demenz tun? – Lebensqualität durch Teilhabe

Mathias Junggeburth, St. Augustinus Memory-Zentrum, GP Pflegeheim Haus St. Georg, Neuss

Moderation: Dr. Jörg Hinner, Universität Heidelberg

Forum 4 Gesundheitsförderung bei chronischen Erkrankungen

Funktionalität und Gesundheitsförderung im Alter

Prof. Dr. Wolfgang von Renteln-Kruse, Medizinisch-Geriatriische Klinik im Albertinen-Haus, Hamburg

Förderung von Wohlbefinden und Unversehrtheit von Menschen mit Demenz im Pflegeheim

Prof. Dr. Gabriele Meyer, Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg

Psychotherapie im Pflegeheim –

Erfahrungen und Entwicklungsbedarfe

Prof. Dr. Eva-Marie Kessler, MSB Medical School Berlin

Moderation: Dr. Gabriele Becker, Universität Heidelberg

16:00 Uhr **Kurzberichte aus den Foren**

16:15 Uhr **Schlusswort**

16:30 Uhr **Ende der Veranstaltung**

Gesamtmoderation: Dr. Eckart von Hirschhausen

LMB Rollout

- ✓ SH landesweit über LSV: 15 Einrichtungen
- ✓ SH in Kiel über RBSV: 6 Einrichtungen (Start Juni 2017)
- ✓ HL: 10 Einrichtungen
- ✓ Berlin: (Start Juni 2017): 13 Einrichtungen in Pankow
- ✓ NRW: Start 1.9.17: 100 Einrichtungen, ggf. Erweiterung auf 300
- ✓ Hessen: aktuelle Anfrage für 300 Einrichtungen, Start noch offen

- LMB Stand 02.05.2017: knapp 20 Kooperationen, Ziel im Herbst ca. 50 ,
Ende des Jahres (mit optimistischer Prognose) knapp 100

LMB Wirkung ⇔ aus Perspektive der SIE

Befindlichkeit

- ❖ Übungseinheiten vermitteln dauerhaft Freude ⇔ Spaß Faktor
- ❖ echte Erfolgserlebnisse ⇔ Selbstvertrauen, Selbstwertgefühl



Aktivität

- ❖ „Kontaktschmiede“ ⇔ Interaktionsbarrieren
- ❖ Kontakte wirken nach, verstetigen sich
- ❖ festes Gruppengefüge



LMB Wirkung ↔ aus Perspektive der SIE

Mobilität

- ❖ Kraft
- ❖ Balance
- ❖ Motorik
- ❖ Steh- Gehvermögen



Risiken

- ❖ Sturz
- ❖ Dekubitus
- ❖ etc.



Praxisbeispiel: weibliche Person, 86 Jahre, Veränderungen nach wenigen Monaten LMB

LMB Wirkung ↔ aus Perspektive der SIE

Vorher

- ❖ Pflegegrad 3
- ❖ Hemiparese
- ❖ trinkt mit Strohhalm
- ❖ rollstuhlbedürftig
- ❖ introvertiert, wenig Antrieb

Nachher

- ❖ Pflegegrad 3
- ❖ kann Trinkgefäß halten
- ❖ geht am Rollator
- ❖ begleitete Spaziergänge außerhalb der Einrichtung
- ❖ schreibt Briefe, pflegt soziale Kontakte

LÜBECKER BEWEGUNGSTAG 2017

Der Lübecker Bewegungstag ist ein Element vom „**Lübecker Modell Bewegungswelten**“ im Rahmen des Programms „**Älter werden in Balance**“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) und wird von folgenden **Partnern** unterstützt:



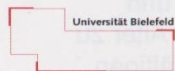
Krankenhaus Rotes Kreuz Lübeck
- Geriatriezentrum -



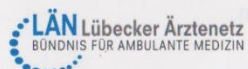
Hansestadt LÜBECK



KOMPETENZZENTRUM
Demenz in Schleswig-Holstein



Institut für Pflegewissenschaft
an der Universität Bielefeld, IPW



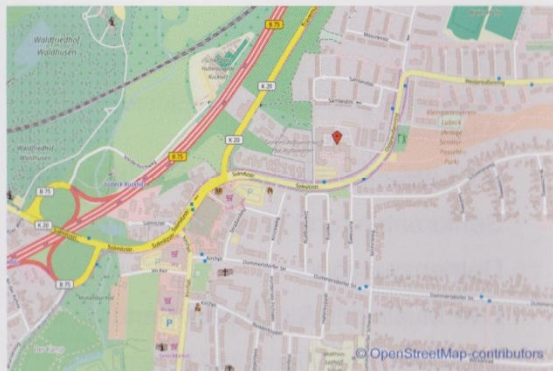
LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Weitere Informationen unter:

<http://www.aelter-werden-in-balance.de>

ANFAHRT UND KONTAKT



ANFAHRT

Mit dem Bus:
Haltestelle Kornweg
Linie 31,33 oder 39

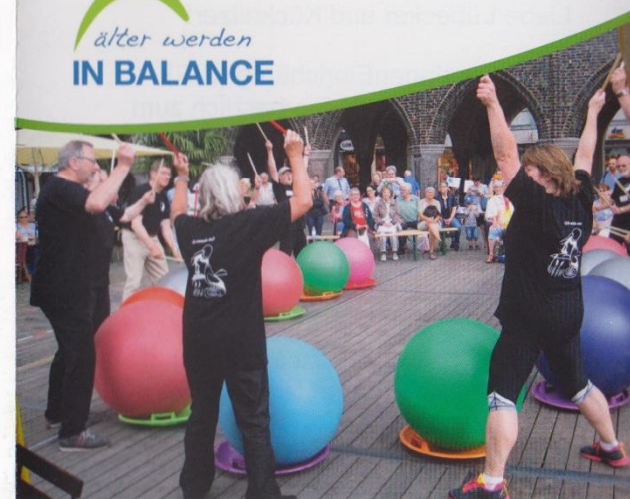
Mit dem Auto:
über die B75,
Ausfahrt Lübeck-Kücknitz
oder über die A1,
Ausfahrt Ratekau

KONTAKT



Konzeption und Organisation
der Veranstaltung:
Landesvereinigung für Gesundheitsförderung
in Schleswig-Holstein e.V.
Flämische Str. 6-10, 24103 Kiel

Telefon: 0431 94294
Fax: 0431 94871
E-Mail: gesundheit@lvgfsh.de



Lübecker Bewegungstag 2017

Sommerfest und Tag der offenen Tür

am Samstag, den 17. Juni 2017
von 11.00 bis 16.00 Uhr
SeniorInnenEinrichtung
Solmitzstraße
Solmitzstrasse 47,
23569 Lübeck



SOMMERFEST TAG DER OFFENEN TÜR

Liebe Lübecker und Kücknitzer!

Die SeniorInnenEinrichtung (SIE) Solmitzstrasse lädt Sie herzlich zum **Sommerfest und Tag der offenen Tür** ein!

Neben einem bunten Unterhaltungs- und Rahmenprogramm für **Jung und Alt** laden wir Sie ein, das Modell **Lübecker Modell Bewegungswelten** zu erleben und sich mit uns, unseren Übungsleitern und Projektpartnern zu diesem erfolgreichen Trainingsprogramm für Senioreninnen und Senioren auszutauschen!

Schauen Sie gerne vorbei, bringen Sie Ihre Familie, Ihre Freunde und Bekannten mit und feiern Sie mit uns ein fröhliches Sommerfest: Wir freuen uns auf Sie!

Sigrid Roggensack (Bereichsleitung)
Michael Rosenfeld
(Einrichtungsleitung)



In der SIE Solmitzstraße erwarten Sie...

- Ausstellung rund um das aktive Älterwerden
- **4 x Lübecker Bewegungswelten LIVE**
- Seniorenkantorei an St. Jacobi (11.30 Uhr)
- Demenzparcours
- Live Musik mit der Cheery-Band
- Verschiedene Mitmachaktionen
- Hausführungen und Informationen rund um Betreuung und Betreutes Wohnen
- Selbsterfahrung mit dem Alterssimulationsanzug „GERT“
- Tanz- und Gesangsgruppe des Jugendzentrums Kücknitz (13.30 Uhr)
- Verschiedene interessante Fachvorträge über Bewegung und Gesundheit für ältere Menschen
- Rollator-Führerschein
- Grillklassiker und Salate, Kaffee und Kuchen, Eis und Getränke
- Selbstbestimmtes Wohnen im Alter
- Kinderschminken und Tombola
- Abschluss mit dem Orchester an St. Jürgen zu Lübeck (15.30 Uhr)

....und vieles mehr!

LÜBECKER BEWEGUNGSTAG 2017



Älter werden in Balance...

... dafür braucht es keine sportlichen Höchstleistungen.

Regelmäßige Bewegung hat lebenslang einen hohen Stellenwert und trägt nachweislich zum Erhalt von Gesundheit, Wohlbefinden und Selbstständigkeit im Alter bei.

Dieser Gedanke steht im Mittelpunkt des **Lübecker Bewegungstages 2017!**

Informieren Sie sich über die Möglichkeiten körperlich und geistig aktiv bis ins hohe Alter zu sein. Lernen Sie die vielfältigen Angebote für Seniorinnen und Senioren in Kücknitz, Lübeck und Umgebung kennen.

LÜBECKER MODELL
Bewegungswelten

