

Workshop & Expertenzirkel

Bewegte Alteneinrichtungen

9. Dezember 2023

Veranstaltung



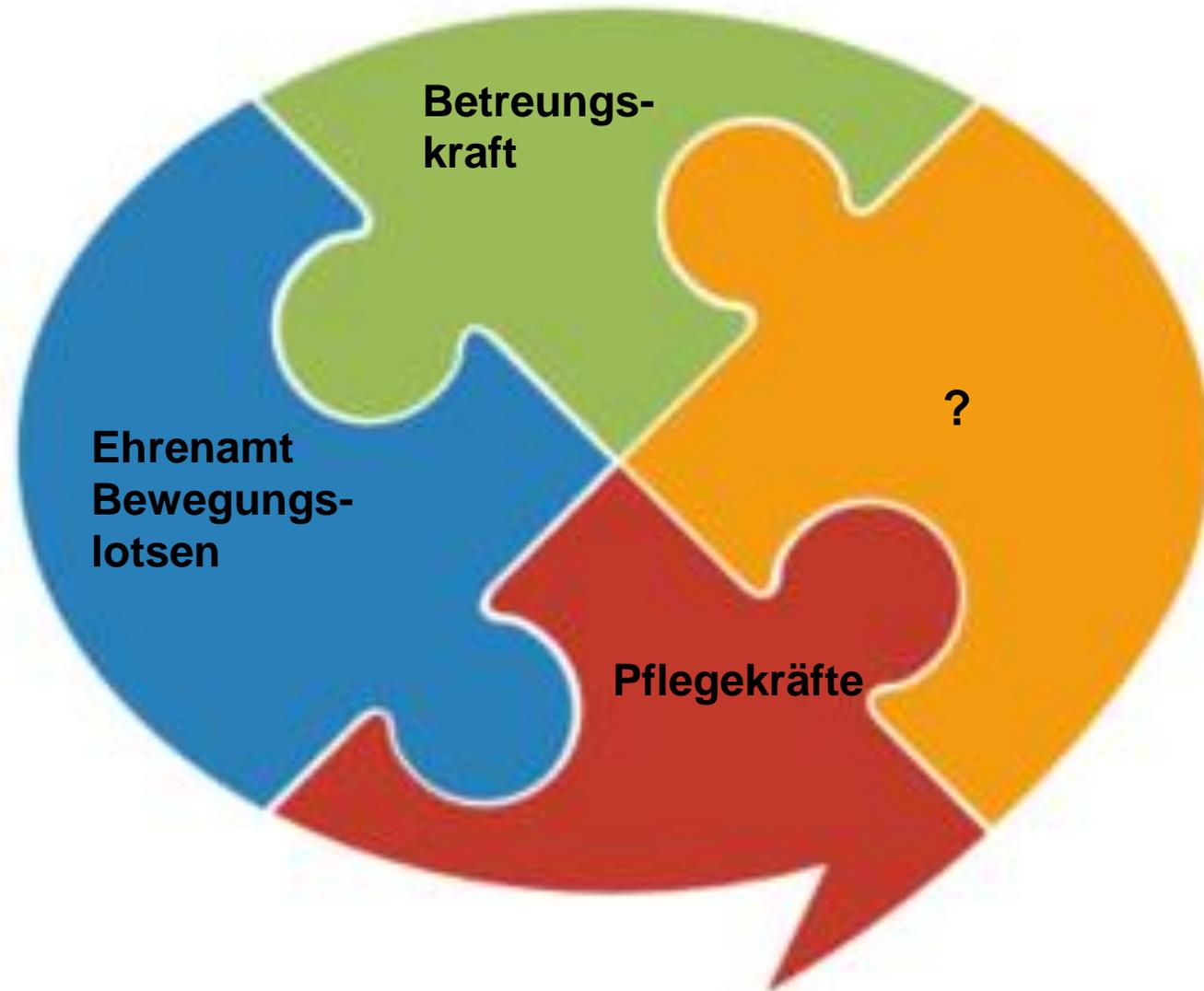
REGIOSPORTBUND
AACHEN

BEWEGUNG - BILDUNG - GESUNDHEIT



StädteRegion
Aachen

Aus welcher Lebenswelt kommt ihr?

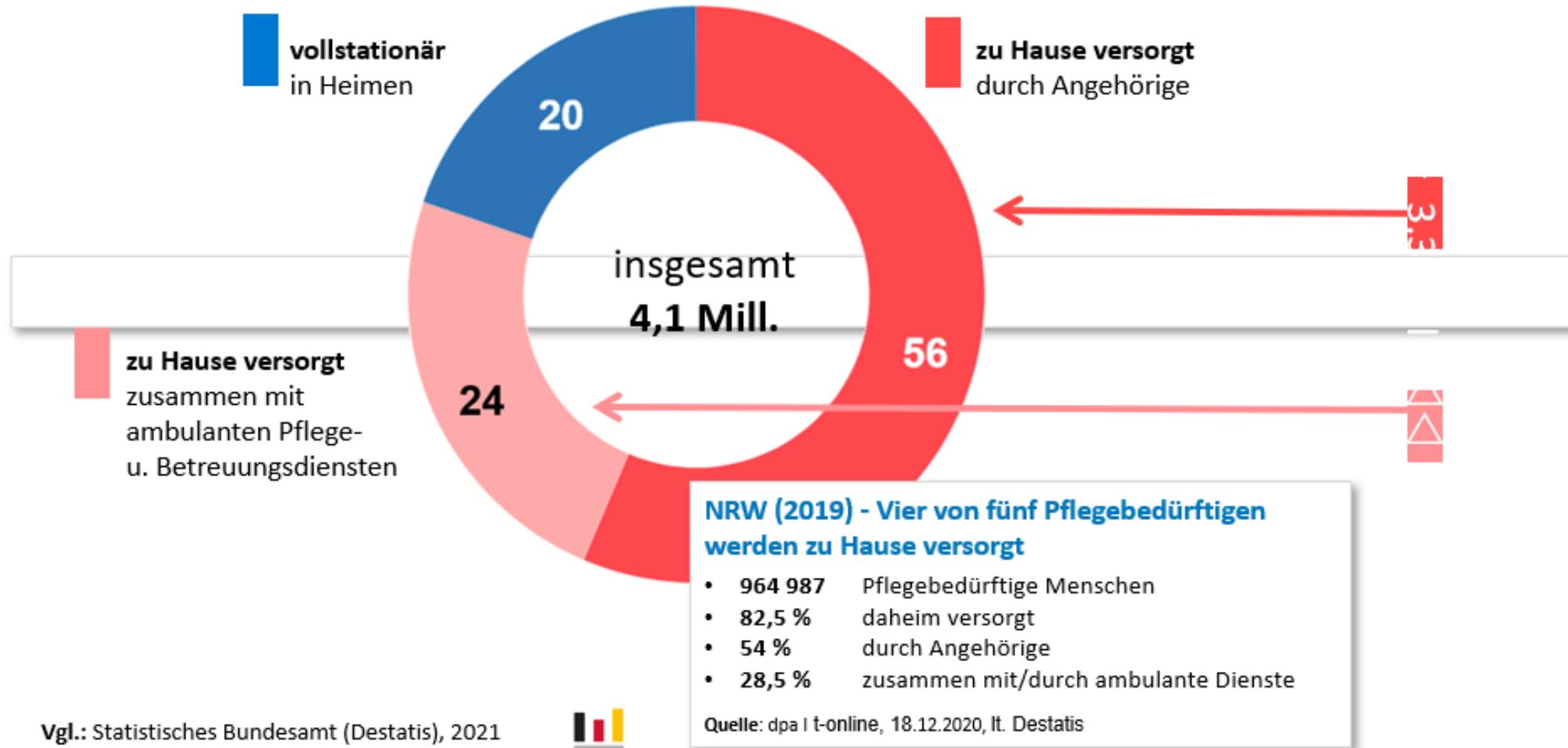


Lebenswelt Senioreneinrichtung und Sportvereine



- Wie können **Sportvereine** und **Senioreneinrichtungen** vor Ort zusammenfinden?
- Wie können Bewohner, Senioreneinrichtung und Sportverein von dieser Kooperation profitieren?

Pflegebedürftige nach Versorgungsart (2019 in %)



Senioreneinrichtung und Sportverein – machbar?

Einschätzung der Umsetzbarkeit/Realisierbarkeit von Bewegungsangeboten in einem der nachstehenden Settings auf einer Skala 1 -5.

1 = realistisch/gut umsetzbar

5 = unrealistisch/nicht umsetzbar



Tagespflege
Teilstationäre Pflege

1



5



Betreuungs-
Angebote

1



5



• Stationäre
Einrichtungen

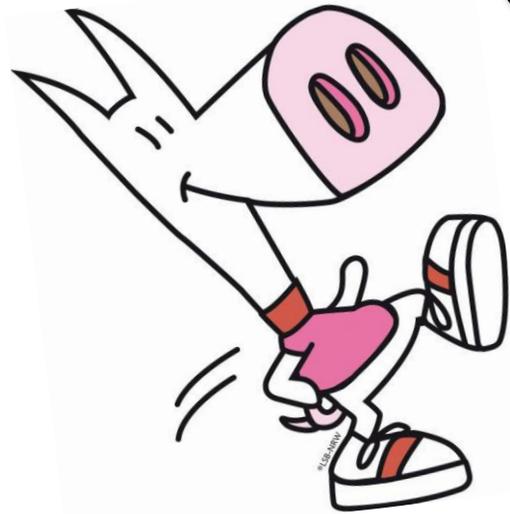
1



5



Bewegende Alteneinrichtungen Lösungen



Ihr seid
gefragt 😊

Gelingensfaktoren vs. Stolpersteine

Interesse / Umsetzungsbereitschaft?

Umsetzungsmöglichkeiten ?

Potentiale und Grenzen ?

Finanzierung?



Kooperationsmöglichkeiten zwischen Sportvereinen und Senioreneinrichtungen

Zielgruppe:

- => Aktive und inaktive Seniorinnen und Senioren in Pflegeeinrichtungen
- => Sportvereine (unter anderem Anbieter von Bewegungsangeboten)

Ziele:



- => Initiierung von Bewegungsangeboten in Senioreneinrichtungen
- => Kooperationen von Sportvereinen und Senioreneinrichtungen
- => Freizeitgestaltung und Förderung von Geselligkeit
- => Sturzprophylaxe

Räumlicher Bezug:

- => Stationäre Einrichtungen, Tagespflege, Sporthallen

Senioreneinrichtungen/ Tagespflege

Gelingungsfaktoren

- **Zufriedenheit** der Bewohnerinnen und Bewohner
- Steigerung der Attraktivität der Einrichtung durch **Angebotserweiterung**
- Bekanntmachung im kommunalen Umfeld, Förderung von Geselligkeit
- **Öffentlichkeitswirksame Präsentation**
- Kostengünstige und effektive Werbung, **Entlastung des Personals**
- Fachlich qualifiziertes Personal, **Ressourcenerweiterung des Personals**
- Material und Handgeräte, weitere **qualifizierte Bewegungsangebote**
- erfüllt - **zumindest partiell** - Anforderungen im Kontext der Expertenstandards
- „**Mobilität**“ und „**Sturzprophylaxe**“

Stolpersteine

- Teilnehmer oft schwer zu motivieren
- Zeitfaktor
- **Finanzierung**
- fehlendes qualifiziertes Personal
 - Fehlende Materialien
 - Fehlende Kooperationsbereitschaft Einrichtung / Sportverein



Sportvereine

Gelingensfaktoren

- **Vergrößerung** des Sportangebots
- **Gewinnung** neuer (kostengünstiger) **Sportstätten**
- Eignung und zeitliche Verfügbarkeit der Räumlichkeiten
- Schaffung **wohntnaher Angebote**
- **Etablierung** in der Kommune, Akteur in der **Seniorenarbeit und im Quartier**
- **Imageverbesserung**, Teilhabe des örtlichen Lebens
- erreicht **neue Zielgruppen**: Bewohner*innen, Nachbarschaft, Angehörige, Mitarbeitende
- unterstreicht dieses seine **Gemeinwohlorientierung**

Stolpersteine

- Zeitfaktor
- **Finanzierung**
- fehlendes qualifiziertes Personal an Übungsleitung
- Fehlende Materialien
- Fehlende Kooperationsbereitschaft Verein/Senioreinrichtung
- Zu großer Verwaltungsarbeit



Bewohnerinnen und Bewohner der Senioreneinrichtungen

Gelingensfaktoren

- **Bewegung als fester Bestandteil** im Alltag
- Bewegungsangebot **direkt im Haus** Leichte Erreichbarkeit
- **Wegfall von Anfahrtswegen**
- Abbau von **Hemmnissen und Ängsten**
- **Integration und soziale Kontakte**
- **Steigerung kognitiver und körperlicher Leistungsfähigkeit**
- **Steigerung von Mobilität und Lebensqualität**
- **Soziale Einbindung im Quartier**



Stolpersteine



Beispiel: Betreute Nachmittage

Angebote der Caritas-Sozialstationen Kreis Gütersloh

Brauchen Sie Abwechslung? Suchen Sie neue Kontakte? Dann möchten wir Ihnen den geselligen Nachmittag der Caritas-Sozialstation Schloß Holte-Stukenbrock ans Herz legen. Was erwartet Sie? Zu unserem Programm gehören Kaffeetrinken, Singen und Musik, Gespräche, Gedächtnistraining, Gymnastik, Spaziergänge u.v.a.m.

Unsere Leistungen

- gemeinsames Kaffeetrinken
- Gespräche führen
- Musik hören und singen
- Gedächtnistraining
- leichte Gymnastik
- spazieren gehen
- gemeinsame Ausflüge
- Organisation von Fahrdiensten für die An- und Abfahrt

Was macht uns aus?

- Erhaltung der Ressourcen
- Förderung der Geselligkeit
- Verhinderung der Vereinsamung
- Entlastung der Angehörigen



Caritas
Gütersloh

Helfen. Pflegen. Beraten.

Quelle: <https://www.caritas-guetersloh.de/leben-im-alter/weitere-seniorenangebote/betreute-nachmittage>



Beispiel: „Zentren 60plus“ in Essen

Stadt Essen und freie Wohlfahrtsverbände

- 12 „Zentren 60plus“ – 1 Zentrum in jedem Stadtbezirk
- Weiterentwicklung des Essener Seniorenförderplans
- Moderne und präventive Seniorenarbeit
- Der Grundsatz dabei: ambulant vor stationär



Anlaufstelle für alle ab 60, die
Begegnung+
Impulse+
Beratung+
Vernetzung+
Gemeinsamkeit+
suchen oder
anbieten möchten

Beispiel: Aktivierende Hausbesuche

Bewegt in der 1:1 Betreuung



Quelle: BAGSO Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e. V. (Hrsg.) (2019): Themenheft „Gemeinsam statt einsam – Initiativen und Projekte gegen soziale Isolation im Alter“



Aktivierende Hausbesuche

[...] Wer aus gesundheitlichen Gründen die Wohnung nicht oder nur mit Mühe verlassen kann, für den greifen andere Projekte. Neben diversen Paten-Initiativen und Nachbarschaftshilfen, gibt es mancherorts die sogenannten **aktivierenden Hausbesuche**, so auch im Werra-Meißner-Kreis in Nordhessen. Die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer der evangelischen Familienbildungsstätte bringen **Gymnastik und individuelles Bewegungstraining** in die Häuslichkeit. Die körperliche Aktivierung bewahrt und verbessert die Beweglichkeit und beugt Muskelabbau, Gleichgewichtsproblemen und Stürzen vor. [...]

Die ehrenamtlichen Bewegungspaten werden für ihren Einsatz intensiv **geschult** und tauschen [...] Erfahrungen in regelmäßigen Treffen aus. Das individuelle Bewegungstraining in der eigenen Wohnung kostet [...] **2,- Euro pro Besuch**. [...]

Landessportbund würdigt Zusammenarbeit von TV Weiden und Franziskus-Seniorenzentrum in Würselen



Landessportbund würdigt Zusammenarbeit von TV Weiden und Franziskus-Seniorenzentrum in Würselen



Weidener Turnverein
1869 e.V.

Beispiel: Bewegungstreff Sporthalle

TV Erlangen – Rollator goes mobil



<https://www.youtube.com/watch?v=vXiYwZ-fmWs>



STERNE DES
SPORTS

Unter die Lupe genommen:

**Finanzierungs-
möglichkeiten**



Möglichkeiten der Finanzierung in Lebenswelten

Senioren- einrichtung / Tagespflege



- Hutumlagen
- Spenden/Sponsor/Stiftung
- Entlastungsbeitrag (Pflegeunterstützung)
- Förderprogramm der Krankenkassen, Kommunen, BZGA

Sportverein



- Mitgliederbeitrag
- Spenden / Sponsor
- Prävention / Rehabilitation
- Förderprogramm im Sport

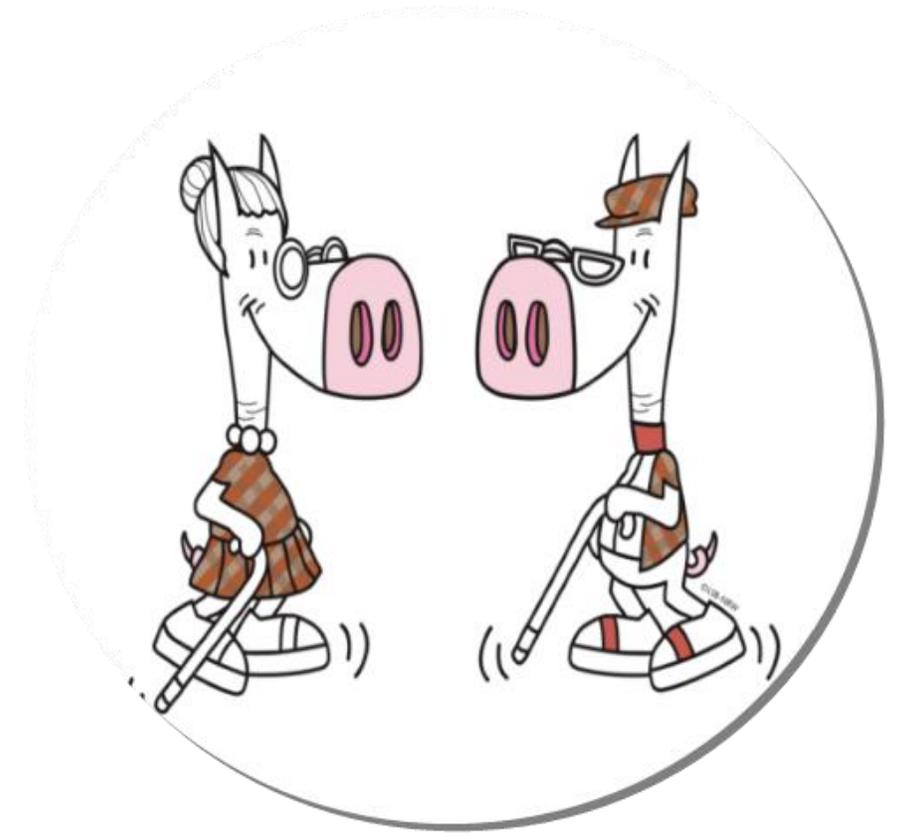
Finanzierung



- Krankenkasse
- Pflegeversicherung



**Vielen Dank und bis
zum nächsten Mal!**



Entlastungsbeitrag

https://pflegebox.de/ratgeber/pflegeleistungen/entlastungsbetrag/?utm_source=google&utm_medium=search&utm_campaign=01.03_Pflege&gad_source=1&gclid=Cj0KCQiAuqKqBhDxARIsAFZELmla0q7IB5QoqgwTiiuZuSmodkVtNpkAXjfoxXjFiPhs8Y4ehbhqmbEaAnrBEALw_wcB

<https://gesund.bund.de/praevention-in-pflegeeinrichtungen>

Präventionsleistungen in stationären Pflegeeinrichtungen nach § 5 SGB XI erbringt die soziale Pflegeversicherung auf Basis des „Leitfaden[s] Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen“ (Download www.gkv-spitzenverband.de)