



# Gesundheitsförderung in der stationären Pflege zur Corona-Zeit

Förderfähig nach §5 SGB IX



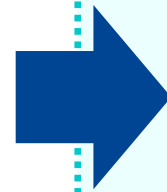
# Wir zaubern Senioren ein Lächeln ins Gesicht!

- Was ist die aktuelle Herausforderung?  
Aktuelle Situation belastet die Senioren auf sozialer, physischer und psychischer Ebene
- Was ist unser Ziel?  
Neue Reize ermöglichen, raus aus der Lethargie, mehr Lebensfreude schaffen
- Wie sieht unsere Lösung aus?  
Durchführung digitaler und live angeleiteter Kurskonzepte aus verschiedenen Handlungsfeldern **ohne in der Einrichtung präsent sein zu müssen**
- Was sind die Vorteile?  
Eröffnung neuer Möglichkeiten durch digitale Wege und Überbrückung der räumlichen Distanz



# Aktuelle Herausforderungen

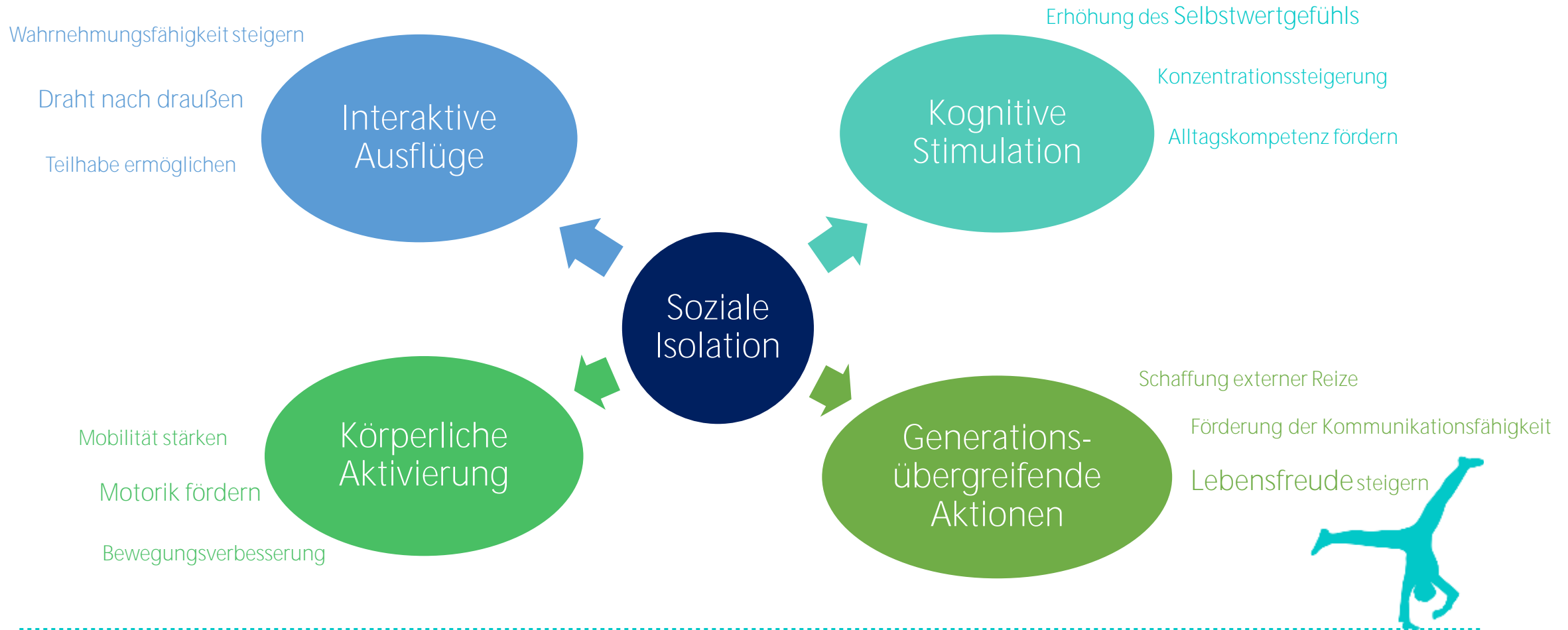
- Soziale Isolation
- Seelische und emotionale Belastung
- Verlust sozialer Kontakte
- Abnahme kognitiver Anregungen
- Mobilitätsverlust



- Psychische Erkrankungen
- Abnahme des Wohlbefindens
- Geringes Selbstwertgefühl
- Bewegungsmangel
- Einsamkeit



# Zielsetzung: Wege aus der sozialen Isolation



# Kurskonzepte in Kurzfassung

## Interaktive Ausflüge

- Fahrradtour / Spaziergang zu bekannten Orten / Ausflugszielen
- ...

## Kognitive Stimulation

- Geschicklichkeitsübungen
- Rätsel
- Wortketten bilden
- ...

## Körperliche Aktivierung

- Mobilisierung
- Bewegungsgeschichten
- Kräftigungsübungen
- ...

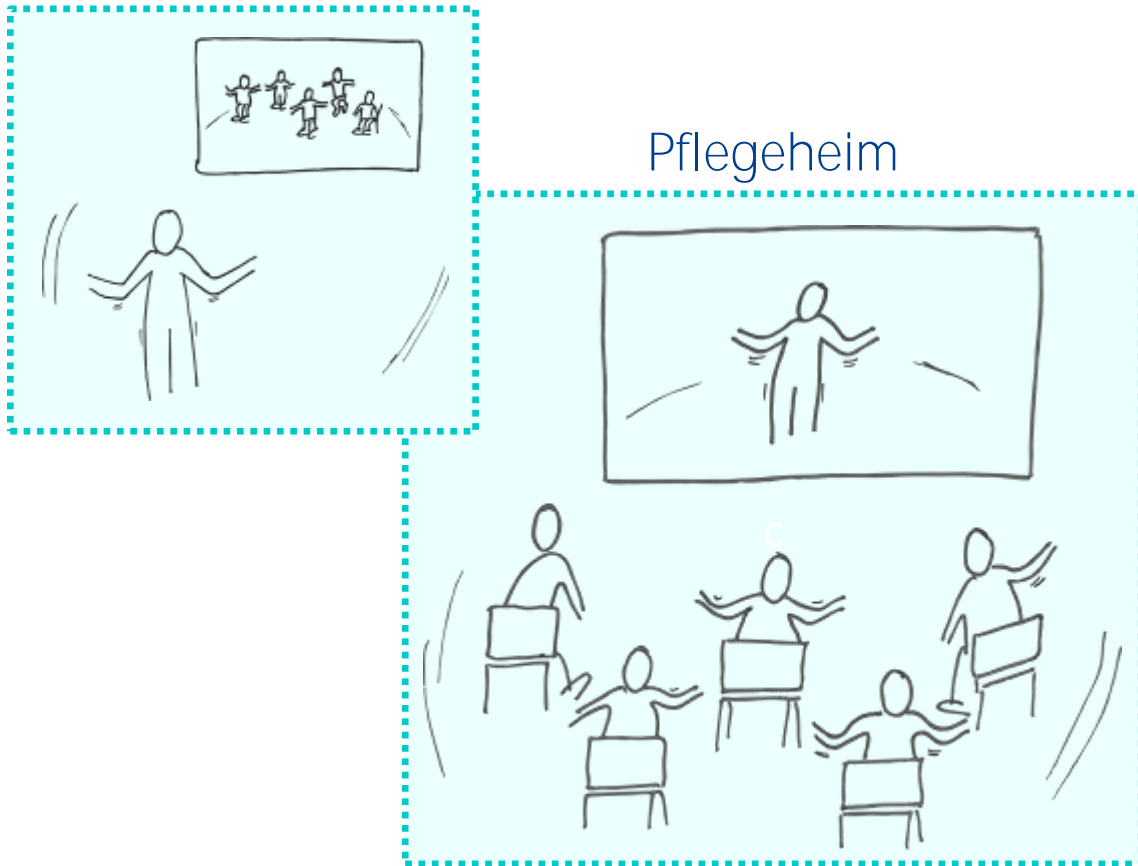
## Generationsübergreifende Aktionen

- Singen
- Gemeinschaftsspiele
- Erlebnispädagogik
- ...



# Kurstunde: digital, aber persönlich

Schattenspringer



- Gemeinsames Programm im Kursraum pro Wohnbereich
- Immer live mit ansprechbarem und sichtbarem Kursleiter über einen Großbildschirm mit Audio- und Videofunktion
- Flexible Gruppengröße bis 10 Personen



# Umsetzung



- Bereitstellung professioneller Miettechnik aus dem schulischen Anwendungsbereich
  - ➔ Stecker einstecken und einschalten
- Das Pflegeheim stellt einen Raum zur Verfügung
- Eine interne Betreuungskraft bleibt bei der Gruppe



# Beispiel einer Kursstunde

Thema: „Was kreucht und fleucht denn da?“ (Kognitive Stimulation)

Ablauf (30' min):

- Begrüßung der Senioren durch den Trainer, Vorstellungsrunde
- Kurze körperliche Aktivierung
- Verschiedene Tierlaute werden akustisch abgespielt oder Blumenbilder visuell eingeblendet
  - Senioren erraten durch Geräusche und Bilder, um welche Tiere, Pflanzen es sich handelt
- Saisonales Gedicht
- Verabschiedung der Senioren





# Rahmenbedingungen

- Vier halbstündige Einheiten pro Woche
- Projektlaufzeit ab drei Monaten
- Gleichbleibender Kursleiter
- Offenes Gruppenangebot

Sie haben weitere oder andere Wünsche zu den Rahmenbedingungen? Sprechen Sie uns an!



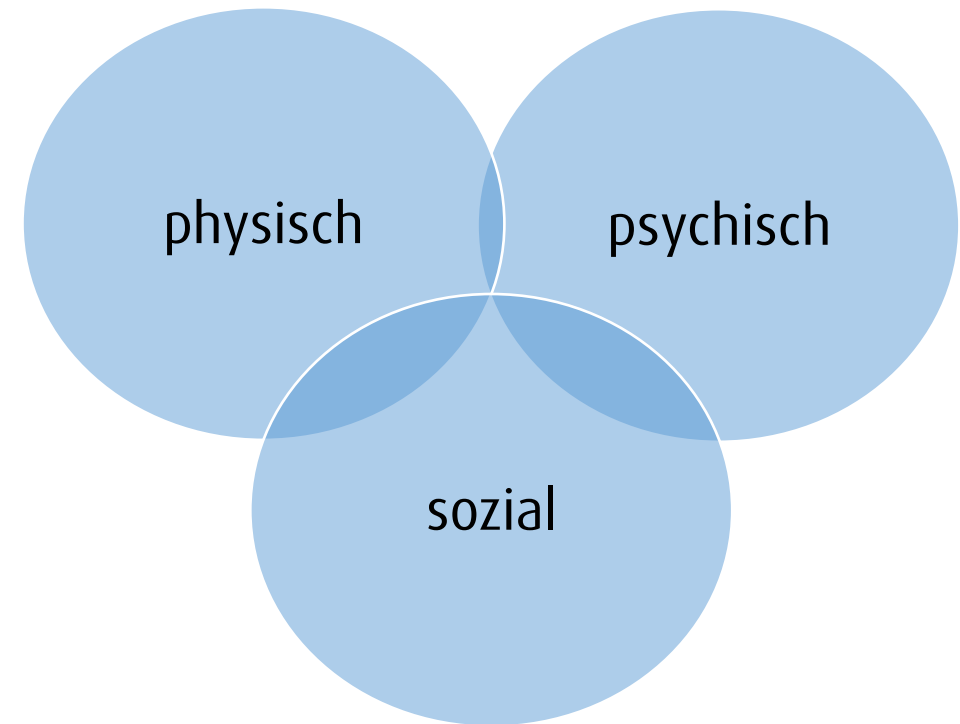
# Vorteile

- Regelmäßiges Angebot
- Gemeinsame Aktivität
- Ansprechbare und sichtbare Kursleitung
- Aktiv gegen Vereinsamung
- Schaffung externer Reize
- Möglichkeiten zur Teilhabe
- Ansprache auf physischer, psychischer und sozialer Ebene



# Förderfähig nach §5 SGB IX

- Berücksichtigung der Handlungsziele:
  - Psychosoziale Gesundheit
  - Kognitive Förderung
  - Körperliche Aktivität
- Bedarfsorientierte Kursgestaltung



# Schattenspringer GmbH

- Anbieter gesundheitsfördernder und erlebnispädagogischer Programme
- Gegründet 1999 durch den Diplom Pädagogen und heutigen Geschäftsführer Christoph Brand
- Seit 2017 innovative Angebote für Bewohner von Pflegeheimen
- **Unser Motto: „Grenzen überwinden, Denkweisen ändern, Erfolge erleben!“**



# Referenzen

- „Bewohner lassen sich begeistern, kommen auch z.T. selbstständig dazu. Lockere Atmosphäre. Viele Lacher“ (Feedbackbogen, „Fit im Alter“ 08/2019)
- „Sehr freundlich, wertschätzend, professionell, motivierend, zugewandt“ (Feedbackbogen, „Fit im Alter“ 11/2019)
- „Sehr gute Vorbereitung des Projektträgers, gute Verbindlichkeit, Offenheit für Fragen, Veränderungswünsche, Abwandlungen“ (Feedbackbogen, „Fit im Alter“ 11/2019)
- „Ich finde das schön. Ich freue mich schon, auf das was wir dann so machen werden!“ (Teilnehmer-Interview, „Gemeinschaft leben“ 11/2019)
- 73 % werteten die Teilnahme an dem Projekt „Fit im Alter“ als vollen Erfolg (11/2019)



# Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit!

Schattenspringer GmbH

Milser Str. 37

33279 Bielefeld

[www.schattenspringer-aktiv.de](http://www.schattenspringer-aktiv.de)

Ansprechpartnerinnen:

Pola Vollmer

[pola.vollmer@schattenspringer.com](mailto:pola.vollmer@schattenspringer.com)

0521 | 32 99 20 -17

Britta Wegner

[britta.wegner@schattenspringer.com](mailto:britta.wegner@schattenspringer.com)

0521 | 32 99 20 -14

