



## Pressemitteilung

Landesvertretung  
Baden-Württemberg

**Presse: Frank Winkler**

Verband der Ersatzkassen e. V.

Christophstraße 7

70178 Stuttgart

Tel.: 07 11 / 2 39 54 - 19

Fax: 07 11 / 2 39 54 - 16

frank.winkler@vdek.com

www.vdek.com

12. Juli 2021

### **Gesundheitsförderung und Prävention erhält Alltagskompetenzen in stationären Pflegeeinrichtungen**

**Im Rahmen des Präventionsprojekts „ViVO – Vital im Vincentiushaus Oppenau“ fördert der Verband der Ersatzkassen unter dem Dach der Gesunden Lebenswelten gemeinsam mit dem Träger des Pflegeheims die Mobilität und Bewegungsfähigkeit der Bewohnenden**

**Stuttgart / Oppenau.** Heute leben ältere und pflegebedürftige Menschen oft wesentlich länger in der eigenen Häuslichkeit als noch vor einigen Jahrzehnten. Der Umzug in ein Pflegeheim erfolgt dementsprechend immer später und die Heimbewohnenden sind pflegebedürftiger bzw. demenziell eingeschränkter als zuvor. Durch den physischen Umzug bedingt ziehen sich pflegebedürftige Menschen nicht nur sozial zurück, sondern bauen häufig auch in ihren körperlichen Fähigkeiten ab. Das Projekt „ViVO“ setzt genau hier an und verfolgt das Ziel, die körperliche Aktivität der Bewohnenden des Vincentiushaus in Oppenau zu verbessern und dadurch gesundheitliche Beeinträchtigungen zu verringern und das Wohlbefinden zu erhöhen.

### **Bedarfsgerechte Bewegungskonzepte zur Steigerung der körperlichen Aktivität aller Bewohnenden**

Alle Pflegebedürftigen des Hauses werden motiviert, regelmäßig an den

Angeboten zur Bewegungsförderung teilzunehmen. Dabei ist sichergestellt, dass die Maßnahmen stets ihrer individuellen körperlichen Leistungsfähigkeit und ihren Bedürfnissen entsprechen.

Dazu wird das bisher im Vincentiushaus angebotene Bewegungsprogramm in Zusammenarbeit mit einer zertifizierten Bewegungsfachkraft analysiert und an die kognitiven und körperlichen Fähigkeiten der Bewohnenden angepasst. Das neu konzipierte Bewegungsprogramm wird für die Bewohnenden in homogenen Kleingruppen dreimal die Woche angeboten. Im Rahmen des Projektes werden den Bewohnenden auch solche Bewegungsübungen gezeigt, die sie selbstständig durchführen und in ihren Alltag integrieren können.

#### **Wissenschaftliche Begleitung durch die Katholische Hochschule Freiburg**

Das Vincentiushaus wird während der gesamten Projektdauer durch die Katholische Hochschule in Freiburg wissenschaftlich begleitet. So unterstützt eine Projektgruppe im Rahmen eines Seminars das Projekt in der Erhebung und Auswertung des Bedarfes. Eine Analyse zum Ende der Projektlaufzeit soll dann aufzeigen, wie das regelmäßige Training die körperliche und geistige Gesundheit der Bewohnenden verbessert hat. Um die Erkenntnisse des Projekts dauerhaft umzusetzen, werden die Ergebnisse im Qualitätszirkel fortlaufend besprochen und das Bewegungskonzept entsprechend angepasst. Ziel ist die Verstetigung des Angebotes und die Verankerung der geschaffenen Strukturen über die Projektlaufzeit hinaus.

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) ist Interessenvertretung und Dienstleistungsunternehmen aller sechs Ersatzkassen, die zusammen nahezu 28 Millionen Menschen in Deutschland versichern, davon über 3 Mio. Versicherte in Baden-Württemberg. Damit sind die Ersatzkassen im Bund die größte Krankenkassenart.

- Techniker Krankenkasse (TK)
- BARMER
- DAK-Gesundheit
- Kaufmännische Krankenkasse - KKH
- Handelskrankenkasse (hkk)
- HEK – Hanseatische Krankenkasse