



Pressemitteilung

Landesvertretung
Hessen

Verband der Ersatzkassen e. V.
Walter-Kolb-Straße 9 – 11
60594 Frankfurt/M.
www.vdek.com
 [LinkedIn](#)

#regionalstark

Präventionsprojekt „Gesund älter werden im Odenwaldkreis“ erfolgreich abgeschlossen

Frankfurt, 30.09.2026 – Nach zweijähriger Laufzeit endet zum 30. September 2026 das Präventionsprojekt „Gesund älter werden im Odenwaldkreis“. Das Projekt hat ältere Menschen in Tagespflegeeinrichtungen dabei unterstützt, ihre Gesundheit zu stärken und besser mit gesundheitlichen Belastungen umzugehen, die insbesondere durch längere Hitzeperioden und andere klimatische Veränderungen entstehen können. Es wurde vom Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) im Auftrag der Ersatzkassen gefördert und in vier Tagespflegeeinrichtungen im Odenwaldkreis umgesetzt: der AWO Tagespflege Bad König, dem Pflegezentrum „Haus am See“ in Höchst im Odenwald, dem Haus Geist in Lützelbach sowie dem Seniorenhaus Bergpension in Bad König. Gemeinsam mit dem Kreisausschuss des Odenwaldkreises und der Herbstfreude Stiftung wurden gesundheitsfördernde Angebote entwickelt und erprobt. Insgesamt nahmen 188 Seniorinnen und Senioren, 10 Angehörige sowie 20 Pflege- und Betreuungskräfte an den verschiedenen Projektbausteinen teil.

Gesundheitskompetenz nachhaltig gestärkt

Im Mittelpunkt standen die Themen Bewegung, Ernährung, Entspannung und der gesundheitsgerechte Umgang mit Hitze. Dabei richtete sich das Projekt nicht nur an die Seniorinnen und Senioren selbst, sondern auch an deren Angehörige sowie Pflege- und Betreuungskräfte. Im Projektverlauf fanden 95 Schulungen, Workshops und Informationsveranstaltungen statt. Ergänzend wurden alltagsnahe Maßnahmen entwickelt, die die

Teilnehmenden dabei unterstützen, gesundheitsfördernde Verhaltensweisen langfristig in ihren Alltag zu integrieren.

„Ältere Menschen zählen zu den Bevölkerungsgruppen, die von klimabedingten Belastungen besonders betroffen sind. Umso wichtiger ist es, sie dabei zu unterstützen, ihre Gesundheit aktiv zu erhalten und Risiken frühzeitig zu erkennen. Mit dem Projekt ist es gelungen, Gesundheitsförderung direkt in den Alltag der Tagespflegeeinrichtungen zu integrieren und dabei auch Angehörige sowie Pflege- und Betreuungskräfte einzubeziehen“, sagt Claudia Ackermann, Leiterin der vdek-Landesvertretung Hessen.

Gesundheitsförderung als Teil des Einrichtungsalltags

Ein zentrales Anliegen des Projektes war es, Gesundheitsförderung dauerhaft in den Einrichtungen zu verankern. Dazu wurden gemeinsam mit den Beteiligten praktische Maßnahmen entwickelt und erprobt, wie z.B. die Einführung regelmäßiger Trinkrituale während Hitzeperioden, Anpassung von Bewegungsangeboten an heiße Tage, Einrichtung von Informationspunkten für Angehörige, Schulungskonzepte für neue Mitarbeitende und Entspannungs- und Achtsamkeitsangebote im Tagesablauf.

„Das Projekt hat gezeigt, dass Gesundheitsförderung besonders dann nachhaltig wirkt, wenn sie eng an den Alltag der Menschen und an die Strukturen der Einrichtungen anknüpft. Durch die Workshops, Schulungen und praktischen Angebote konnten gemeinsam mit den Beteiligten konkrete Ansätze entwickelt werden, die sich unmittelbar in den Tagesablauf integrieren lassen. Die enge Zusammenarbeit mit den Einrichtungen und den weiteren Projektpartnern war dabei ein wesentlicher Erfolgsfaktor,“ resümiert Katrin Bunk, Prokuristin der Herbstfreude Stiftung.

Positive Bilanz und wichtige Impulse für die Zukunft

Auch aus Sicht des Odenwaldkreises und der beteiligten Einrichtungen hat sich die enge Zusammenarbeit bewährt. Durch die Vernetzung von Pflegeeinrichtungen, kommunalen Akteuren und weiteren Partnern konnten Erfahrungen gebündelt und gesundheitsfördernde Ansätze gemeinsam weiterentwickelt werden.

Besonders hervorzuheben sind die sehr positiven Rückmeldungen der teilnehmenden Einrichtungen. Sie konnten feststellen, dass die Schulungen bei den Mitarbeitenden einen deutlichen Motivationsschub bewirkt haben, der insbesondere durch den gewonnenen Wissenszuwachs und neue Impulse für die tägliche Arbeit entstanden ist. Gleichzeitig zeigte sich eine positive Wirkung bei den Tagespflegegästen: Sie entwickelten wieder mehr Freude an Bewegung, gemeinschaftlichen Aktivitäten und gemeinsamen Unternehmungen. Damit konnte das Projekt sowohl zur Stärkung der Mitarbeitenden als auch zur Förderung von Aktivität, Wohlbefinden und sozialer Teilhabe der Tagespflegegäste beitragen.

Pressekontakt:

Heike Kronenberg, vdek-Landesvertretung Hessen

Tel.: 0 69 / 96 21 68 – 20, E-Mail: heike.kronenberg@vdek.com

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) ist Interessenvertretung und Dienstleistungsunternehmen aller sechs Ersatzkassen (Techniker Krankenkasse (TK), BARMER, DAK-Gesundheit, KKH Kaufmännische Krankenkasse, hkk, HEK – Hanseatische Krankenkasse). Diese versichern bundesweit rund 29 Millionen Menschen, in Hessen mit über 2,6 Mio. Menschen knapp die Hälfte aller gesetzlich Versicherten.