

186 Präventionsprojekte unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ regional und deutschlandweit



Unter der Dachmarke „**Gesunde Lebenswelten**“ bündeln die Ersatzkassen ihr Engagement zur Stärkung der gesundheitlichen Chancengleichheit und vereinen beim Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) verschiedene Aktivitäten mit dem Fokus auf Zielgruppen mit besonderem Präventions- und Gesundheitsförderungsbedarf.

Das ersatzkassengemeinsame Präventionsengagement fokussiert dabei Präventionsansätze in Lebenswelten nach § 20a SGB V (**Gesund vor Ort**) und § 5 SGB XI (**Gesund im Pflegeheim**) sowie zur betrieblichen Gesundheitsförderung nach § 20b SGB V in stationären Pflegeeinrichtungen, Krankenhäusern und ambulanten Pflegediensten ( **MEHRWERT: PFLEGE**).

EIN ANGEBOT DER ERSATZKASSEN

Der vdek begleitet in diesem Zusammenhang seit 2016 regional und deutschlandweit **186** Präventionsprojekte (Stand 11.04.2022).

#regionalstark – Präventionsengagement der Ersatzkassen unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ // Beispiele aus Baden-Württemberg



Präventionsprojekte regional & deutschlandweit unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“

186

Next Level – Stärkung digitaler Medien- und Gesundheitskompetenzen



Zielgruppen:

Kinder und Jugendliche aus psychisch und suchtblasteten Familien und pädagogische Fachkräfte

Inhalt:

Mithilfe des Projektvorhabens sollen die Bedürfnisse und Belange von Kindern und Jugendlichen im Umgang mit digitalen Medien erfasst und ihnen so begegnet werden, dass sie in ihrer Gesundheits- und Lebenskompetenz gestärkt werden. Parallel werden zur Sensibilisierung von pädagogischen Fachkräften Fachtagungen konzipiert und durchgeführt. Ziel ist es langfristig die Rahmenbedingungen für die medienbezogene Kompetenzentwicklung gesundheitsfördernd zu gestalten und ein intersektorales Netzwerk für die Zielgruppe zu etablieren.

Projektpartner:

Jugendhilfswerk Freiburg e. V.

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/kinder/next-level-staerkung-digitaler-medien-und-gesundheitskompetenzen-89/

Gesund leben im Kornhasen

Zielgruppe:

Bewohner:innen stationärer Pflegeeinrichtungen

Inhalt:

Das Präventionsprojekt „Gesund leben im Kornhasen“ möchte in und mit einer stationären Pflegeeinrichtung die Lebenswelt der Bewohner:innen im Generationenzentrum „Kornhasen“ gesundheitsfördernd ausrichten. Durch partizipative Beteiligungsprozesse sollen gesundheitsfördernde Maßnahmen ermittelt und ggf. entwickelt werden, die anschließend praktisch umgesetzt werden. Die erworbenen Kenntnisse, Zugänge und erforderlichen Strukturen sollen im Rahmen des Projektes dann in weiteren stationären Einrichtungen der Stadt Stuttgart übertragen und dauerhaft etabliert werden.

Projektpartner:

Landeshauptstadt Stuttgart, Gesundheitsamt, ELW - Eigenbetrieb leben & wohnen

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-im-pflegeheim/praxisprojekte/gesund-leben-im-kornhasen-87/

Sucht im Alter

Zielgruppe:

Ältere Menschen im Quartier

Inhalt:

Durch eine gezielte Präventionsstrategie sollen ältere Menschen im Quartier zu den Risiken des Suchtmittelkonsums sensibilisiert werden. Hierzu konzipiert das Projektteam Multiplikatorenschulungen für Mitarbeiter:innen in Altenhilfeeinrichtungen als auch Fortbildungen für Auszubildende in der Altenpflege. Des Weiteren sollen Seminare für Angehörige über die Pflegestützpunkte durchgeführt werden als auch Angebote für ältere Menschen zur Bewältigung gesundheitlicher Herausforderungen. Die Umsetzung wird durch ein intersektorales Gremium begleitet.

Projektpartner:

Landratsamt Karlsruhe, Amt für Grundsatz und Soziales

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/aeltere-menschen/sucht-im-alter-88/



BARMER

DAK
Gesundheit

KKH Kaufmännische
Krankenkasse

hkk
KRANKENKASSE



vdek
Die Ersatzkassen

www.gesunde-lebenswelten.com

#regionalstark – Präventionsengagement der Ersatzkassen

unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ // Beispiele aus Bayern



QueB 2 – Qualität entwickeln mit und durch Bewegung

Zielgruppe:

Kinder in Kindertagesstätten

Inhalt:

Gegenstand des Projektes „QueB 2“ ist die Steigerung der Qualität im Bereich Bewegung und Gesundheit durch einen umfassenden Organisationsentwicklungsprozess in Kindertagesstätten (Kitas). Mithilfe eines Multiplikatoren- und eines Peer-to-Peer-Ansatzes für den Entwicklungsbereich „Bewegung“ wurden entsprechende Maßnahmen aus einer ersten Förderphase weiteren Kitas in den Landkreisen Coburg und Kulmbach mit besonderem Handlungsbedarf zugänglich gemacht. Durch die Maßnahmen wurde die Qualität der Bewegungsförderung nachhaltig gesteigert.

Projektpartner:

Hochschule für angewandte Wissenschaften Coburg

Website:

www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/kinder/queb-2-qualitaet-entwickeln-mit-und-durch-bewegung-41/

agil – ausgeglichen und gesund in jedem Lebensabschnitt

Zielgruppe:

Bewohner:innen stationärer Pflegeeinrichtungen

Inhalt:

Im Fokus stehen die strukturelle und nachhaltige Veränderung der Verhältnisse und Abläufe in stationären Pflegeeinrichtungen im Raum Würzburg und Schweinfurt. Dies erfolgt im Sinne der Organisationsentwicklung u. a. mit der Ausbildung von Multiplikator:innen, der Entwicklung und Verankerung von gesundheitsfördernden Angeboten in den Einrichtungsstrukturen und –abläufen, der Partizipation der Zielgruppe sowie der Etablierung von Projektgruppen, um so die gesundheitliche Situation der Bewohner:innen zu verbessern und deren gesundheitlichen Ressourcen und Fähigkeiten zu stärken.

Projektpartner:

Mehr Zeit für Kinder e. V.

Pressemitteilung:

www.vdek.com/LVen/BAY/Presse/Pressemitteilungen/2021/20210827gem.html



Präventionsprojekte regional & deutschlandweit unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“

186



BARMER

DAK
Gesundheit

KKH Kaufmännische
Krankenkasse

hkk
KRANKENKASSE



vdek
Die Ersatzkassen

www.gesunde-lebenswelten.com

#regionalstark – Präventionsengagement der Ersatzkassen

unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ // Beispiele aus Berlin



Familiäre Gesundheit im Kiez (FamGeKi)

Zielgruppen: Alleinerziehende und junge Familien

Inhalt:

Im Zuge der Weiterentwicklung des Projektes „Kinder und Familie (KiFa)“ in Berlin-Neukölln werden die gesammelten Erfahrungen und Ergebnisse genutzt und für den Bezirk Berlin-Mitte ausgebaut. Das Projekt „Familiäre Gesundheit im Kiez (FamGeKi)“ zielt darauf ab, die Gesundheit von Alleinerziehenden zu fördern und gesundheitliche Chancengleichheit herzustellen. Die Angebote setzen in Familienzentren in der Kommune an. Das Projekt wird in die vorhandenen kommunalen Strukturen eingebettet.

Projektpartner:

Berlin School of Public Health – Europa Institut für Sozial- und Gesundheitsförderung an der Alice Solomon Hochschule & Sozialdienst katholischer Frauen Berlin e.V.

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/kinder/kind-und-familie-kifa-familiaere-gesundheitsfoerderung-insbesondere-mit-alleinerziehenden-48/

Sei dabei, RAUCHFREI!

Zielgruppen: insb. Menschen mit Migrationshintergrund, Ältere, Alleinerziehende

Inhalt:

Mit dem Projekt sollen die Kund:innen der Berliner LAIB und SEELE-Ausgabestellen (Berliner Tafel) beim Tabakverzicht unterstützt werden. Gemeinsam mit den Tafelkund:innen wird dazu ein spezielles Rauchentwöhnungsprogramm entwickelt. Die Zielgruppe wird zudem über die Suchtgefahren und die gesundheitlichen Folgen durch das Rauchen informiert und sensibilisiert. Zusätzlich sollen zusammen mit der Tafelkundschaft weitere unterstützende Maßnahmenideen zur Rauchentwöhnung und Verhinderung des Rauchstarts in den Ausgabestellen identifiziert und umgesetzt werden.

Projektpartner:

Universität Hohenheim in Zusammenarbeit mit Berliner Tafel e. V. und Charité Universitätsmedizin Berlin

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/weitere-projekte/sei-dabei-rauchfrei-51/

BIB - Kommunale Bewegungsförderung für Ältere im Bezirk Pankow

Zielgruppe: Menschen ab 65+ Jahren im Quartier

Inhalt:

Die Zielgruppe wird durch speziell geschultes Trainingspersonal zur Durchführung des BIB-Bewegungsprogramms angeleitet. Das Programm findet in ausgewählten Parkanlagen bzw. in den Wintermonaten in Einrichtungen der Kommune statt. Im Rahmen des Projektes werden dabei zum Beispiel Bewegungspfade in Außenanlagen erarbeitet. Damit die Teilnehmer:innen erlernte Inhalte bestmöglich und nachhaltig in ihren Alltag übernehmen können, erhalten sie zudem das BIB-Trainingshandbuch mit anschaulich erläuterten Bewegungsübungen für zu Hause.

Projektpartner:

Qualitätsverbund Netzwerk im Alter-Pankow e.V. (QVNIA)

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/aeltere-menschen/bib-kommunale-bewegungsfoerderung-fuer-aeltere-im-bezirk-berlin-pankow-1-26/



#regionalstark – Präventionsengagement der Ersatzkassen

unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ // Beispiele aus Brandenburg



Gesunde Gartenstadt Drewitz

Zielgruppe:

sozial benachteiligte Menschen im Quartier I Kommune Drewitz

Inhalt:

Die Großwohnsiedlung Drewitz, am südöstlichen Rand Potsdams gelegen, wird seit zehn Jahren im Rahmen des Entwicklungsprojektes „Gartenstadt Drewitz“ klimafreundlich und sozialverträglich umgestaltet. Das Präventionsprojekt „Gesunde Gartenstadt Drewitz“ ergänzt bestehende Aktivitäten um gesundheitsfördernde Angebote, insbesondere zur Unterstützung sozial benachteiligter Menschen. Zentrale Akteure haben sich bereit erklärt, an dem Projekt mitzuwirken und die Zielerreichung vor Ort zu unterstützen.

Projektpartner:

Soziale Stadt ProPotsdam gGmbH für oskar,
DAS BEGEGNUNGSZENTRUM IN DER GARTENSTADT

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/weitere-projekte/gesunde-gartenstadt-drewitz-40/

WOHLFÜHLORT für Pflegeeinrichtungen

Zielgruppen:

Bewohner:innen und Mitarbeiter:innen stationärer Pflegeeinrichtungen

Inhalt:

Das Projekt verzahnt gesundheitsfördernde Maßnahmen für pflegebedürftige Bewohner:innen mit Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung für Mitarbeiter:innen. Dabei steht insbesondere das Thema „Gärtnern“ im Mittelpunkt. Insgesamt werden Maßnahmen u. a. zur Förderung der psychosozialen Gesundheit, zur gesunden Ernährung und zu körperlicher Aktivität ganzheitlich entlang des Themas „Gärtnern“ geplant und gemeinsam mit Bewohner:innen und Pflegefachkräften umgesetzt.

Projektpartner:

AVICUS in Zusammenarbeit mit Motio Berlin, AckerCompany & BKK.VBU

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-im-pflegeheim/wohlfuehlort-fuer-pflegeeinrichtungen-68/

Gemeinsam fit und in Bewegung

Zielgruppe:

Kinder aus psychisch und suchtblasteten Familien

Inhalt:

Mit dem Projekt soll u. a. die frühzeitige Sensibilisierung des Gesundheitsbewusstseins von Kindern und Jugendlichen erreicht werden. Ein Fokus liegt darauf, die jungen Menschen an der Ausgestaltung gesundheitsfördernder Maßnahmen zu beteiligen. Zudem werden auch die Mitarbeiter:innen der Einrichtungen in der Entwicklung hin zu einer gesundheitsfördernden Einrichtung begleitet. Eine entsprechende Befähigung und Qualifizierung von Mitarbeiter:innen wird zum Beispiel durch eine Schulung zu Gesundheitsexpert:innen unterstützt.

Projektpartner:

GFB – Gemeinnützige Gesellschaft zur Förderung Brandenburger Kinder und Jugendlicher mbH in Kooperation mit symbioun e.V.

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/kinder/gemeinsam-fit-und-in-bewegung-69/



Präventionsprojekte regional & deutschlandweit unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“

186



BARMER



KKH Kaufmännische Krankenkasse



www.gesunde-lebenswelten.com

#regionalstark – Präventionsengagement der Ersatzkassen

unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ // Beispiele aus Bremen

VAHRSchule des Lebens

Zielgruppe:

Kinder und Jugendliche

Inhalt:

Ziel des Projektes ist die Förderung der Resilienz von Schüler:innen der 6. bis 9. Klasse gegenüber gesundheitsschädlichen Stoffen und Verhalten. Die Kooperationsschule stellt dafür für drei Klassen über drei Jahre zwei Unterrichtsstunden in der Woche zur Verfügung. Thematisiert werden der bewusste Umgang mit Essen, dem eigenen Körper und Drogen. Module für Eltern und Familien-Module ergänzen die Arbeit.

Projektpartner:

Bürgerzentrum Neue Vahr e.V.

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/kinder/vahrschule-des-lebens-92/

Innere Stärke – Resilienz in der Tagespflege

Zielgruppe:

Tagespflegegäste



Inhalt:

Ziel des Projektes ist die Entwicklung bzw. Anpassung von Methoden zur Stärkung der psychischen Widerstandskraft für Menschen mit chronischen Schmerzen, Demenzerkrankungen oder geringer gesellschaftlicher Teilhabe. Ergänzt wird ein Teilprojekt für die pflegenden Angehörigen der Tagespflegegäste. Aus den Ergebnissen sollen Handlungsempfehlungen für andere Einrichtungen der offenen Seniorenarbeit und stationären Pflege entstehen. Die Übertragbarkeit auf weitere Einrichtungen wird am Ende des Projektes erprobt.

Projektpartner:

vacances mobiler Sozial- und Pflegedienst GmbH

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-im-pflegeheim/praxisprojekte/innere-staerke-resilienz-in-der-tagespflege-94/

pFau – primärpräventive Familiengesundheit unterstützen

Zielgruppe:

Kinder und Jugendliche

Inhalt:

Ziel des Projektes ist es durch Präventionsmaßnahmen die Resilienz und die individuelle Gesundheitskompetenz von Familien mit chronisch kranken Kindern und Jugendlichen zu stärken (Eltern, erkrankte Kinder und deren Geschwister). Das Projekt setzt an drei Handlungspunkten an:

- Angebotsentwicklung
- Netzwerkaufbau
- strukturellen Verbesserungen

Das erarbeitete Konzept soll anschließend in die regulären Beratungsstrukturen der Kinder- und Jugendhilfe Bremen integriert werden.

Projektpartner:

AfJ e.V. Kinder- und Jugendhilfe Bremen

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/kinder/pfau-primarpraeventive-familiengesundheit-unterstuetzen-91/



#regionalstark – Präventionsengagement der Ersatzkassen

unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ // Beispiele aus Hamburg



Gesund aufwachsen in Hamburg – Schulgesundheitsfachkräfte an Hamburger Grundschulen

Zielgruppen:

Grundschüler:innen, Sorgeberechtigte, Lehrpersonal, weiteres Schulpersonal

Inhalt:

Schulgesundheitsfachkräfte sollen für Kinder aus sozial benachteiligten Quartieren gleiche Startbedingungen für ein gesundes Leben schaffen. Dazu vermitteln sie den Kindern u. a. Grundlagen zu gesunder Ernährung und unterstützen sie bei der Stärkung ihres seelischen Wohlbefindens. Es werden Rahmenbedingungen in der Lebenswelt „Schule“ weiterentwickelt und etabliert, die die Gesundheitsförderung dort nachhaltig verankern. Auch zu außerschulischen Gesundheitsangeboten werden Zugänge geöffnet. Eine unabhängige wissenschaftliche Einrichtung evaluiert das Projekt.

Projektpartner:

Schulbehörde, Sozialbehörde, Bezirksamt Hamburg-Nord

Website:

www.vdek.com/LVen/HAM/fokus/schulgesundheitsfachkraefte-grundschulen-hamburg.html

Hamburger Präventionspreis 2022

Zielgruppen:

- Menschen in (nicht betrieblichen) Lebenswelten (z. B. Kita, Schule, Kommunen)
- Bewohner:innen stationärer Pflegeeinrichtungen

Inhalt:

Die Hamburger Ersatzkassen zeichnen im Jahr 2022 Projekte aus, die Präventionsmaßnahmen über alle Lebensphasen in nicht betrieblichen Lebenswelten oder stationären Pflegeeinrichtungen vorsehen. Dazu zählen etwa Maßnahmen in den Bereichen Bewegung, Ernährung und psychosoziale Gesundheit. Der mit 12.000 Euro dotierte „Hamburger Präventionspreis“ steht unter der Schirmherrschaft von Gesundheitssenatorin Dr. Melanie Leonhard.



Website:

www.vdek.com/LVen/HAM/Vertragspartner/Praevention_und_Vorsorge/hamburger-praeventionspreis.html

#regionalstark – Präventionsengagement der Ersatzkassen

unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ // Beispiele aus Hessen



Gesunde Pflege

Zielgruppe:
Angehörige pflegebedürftiger Kinder



Inhalt:

Ziel des Projektes ist es, gesundheitsrelevante Ressourcen bei der Zielgruppe zu stärken und entsprechende Strukturen aufzubauen. Basierend auf der Bedarfsermittlung werden Angebote bereitgestellt sowie ein nachhaltig verankertes kooperatives Netzwerk aufgebaut. Zudem erstellt das Projektteam einen „Angebotskompass“ mit umfassenden Informationen zu ressourcenstärkenden Angeboten und relevanten Anlaufstellen für die Zielgruppe.

Das Projekt stärkt die gesundheitliche Chancengleichheit für pflegende Angehörige, da es dem Mangel an passgenauen Angeboten für die Zielgruppe entgegenwirkt.

Projektpartner:

Stadt Frankfurt, Johann Wolfgang Goethe-Universität Frankfurt

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/menschen-mit-behinderung-und-angehoerige/gesund-pflege-57/

Für ein gesundes Gleichgewicht im Leben

Zielgruppe:
Bewohner:innen stationärer Pflegeeinrichtungen

Inhalt:

Gegenstand des Projektes ist es, einen gesundheitsgerechten Lebensstil durch die Themen Entspannung, Achtsamkeit und Ernährung in den Fokus zu rücken. Durch das aktive Miterleben von Übungen und Techniken wird eine gesundheitsförderliche Lebensführung der Bewohner:innen angeregt. Zudem überprüft der Träger eigene Ressourcen und Arbeitsabläufe. Dabei sollen neue Strukturen und Prozesse mit dem Fokus auf Gesundheit auf allen Ebenen etabliert werden. Gerade im Zuge der Corona-Pandemie wurden kurzfristig auch digitale Inhalte geschaffen, um die gesundheitliche Chancengleichheit für die Zielgruppe zu erhöhen.

Projektpartner:

Königsberger Diakonie, Mehr Zeit für Kinder e.V.

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-im-pflegeheim/praxisprojekte/fuer-ein-gesundes-gleichgewicht-im-leben-55/



Präventionsprojekte regional & deutschlandweit unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“

186



BARMER



#regionalstark – Präventionsengagement der Ersatzkassen

unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ // Beispiele aus Mecklenburg–Vorpommern



Spielen, Zappen, Klicken – Medienerziehung in Kita und Familie

Zielgruppen:

Kinder und Eltern, Erzieher:innen

Inhalt:

Aufgrund der gesundheitlichen Risiken der Digitalisierung, die mit einem nicht sachgerechten Umgang mit Medien einhergehen, ist es dringend notwendig, Eltern und Kinder beim Thema Mediennutzung eine Orientierung zu geben. Darum werden in diesem Projekt Erzieher:innen in die Lage versetzt, die digitalen Medienwelten von Kindern zu kennen und über Potenziale und Risiken Bescheid zu wissen. Dafür brauchen sie Handwerkszeug für die medienerzieherischen Zusammenarbeit mit den Eltern. Hier setzt das Projekt „Spielen, Zappen, Klicken“ an.

Projektpartner:

Landeskoordinierungsstelle für Suchtthemen Mecklenburg-Vorpommern

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/kinder/spielen-zappen-klicken-medienerziehung-in-kita-und-familie-33/

Mobiles Kochen im Pflegeheim

Zielgruppe:

Bewohner:innen stationärer Pflegeeinrichtungen

Inhalt:

In diesem Projekt geht es um die Reintegration des Kochens in den Alltag der Bewohner:innen. Im Rahmen des Projektes sollen diese mit den Köchen alte Speisen und neue Wünsche zusammentragen. Dabei soll die altersgerechte Ernährung der Bewohner:innen qualitativ verbessert werden. Ein positiver Nebeneffekt ist die Schulung von Personal zu neuen Erkenntnissen der altersgerechten Ernährung. Diese dienen dann als Multiplikator:innen in den Einrichtungen. Zudem wird durch die gemeinsamen Aktivitäten die kognitive, körperliche und psychosoziale Gesundheit gesteigert.

Projektpartner:

Augustenstift Schwerin; SOZIUS Pflege – und Betreuungsdienste Schwerin gGmbH & ASG mbH

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-im-pflegeheim/praxisprojekte/mobiles-kochen-im-pflegeheim-53/



Präventionsprojekte regional &
deutschlandweit unter der Dachmarke
„Gesunde Lebenswelten“

186



BARMER

DAK
Gesundheit

KKH Kaufmännische
Krankenkasse

hkk
KRANKENKASSE



vdek
Die Ersatzkassen

www.gesunde-lebenswelten.com

#regionalstark – Präventionsengagement der Ersatzkassen unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ // Beispiele aus Niedersachsen



Gesund und bunt. Gemeinsam in Delmenhorst



Zielgruppe:
junge Familien

Inhalt:

In drei Stadtteilen mit Entwicklungsbedarf wurde gemeinsam mit jungen Familien der „Spielspaziergang“ als gesundheitsförderndes Angebot entwickelt und umgesetzt. Im Fokus standen dabei die Felder Bewegung und Ernährung. Über die Nachbarschaftsbüros konnten Familien mit sozial bedingt schlechteren Voraussetzungen in ihrem unmittelbaren Lebensumfeld erreicht werden. Die unterschiedlichen Akteure vor Ort wurden über das Netzwerk „Gesund und bunt“ zusammengebracht.

Projektpartner:

Diakonisches Werk Delmenhorst/Oldenburger-Land e. V.,
Delmenhorster Institut für Gesundheitsförderung

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/kinder/gesund-und-bunt-gemeinsam-in-delmenhorst-9/

Demenz bewegt (Theater) bewegt Demenz

Zielgruppe:

Bewohner:innen stationärer Pflegeeinrichtungen

Inhalt:

Projektziel ist die Entwicklung und Erprobung einer Handlungs- und Umsetzungshilfe zur nachhaltigen Implementierung theaterpädagogischer Elemente in den Alltag von Pflegeeinrichtungen. Die psychosoziale Gesundheit von Bewohner:innen, insbesondere mit Demenz, soll damit gestärkt werden. Eine Theaterpädagogin, vier stationäre Altenpflegeeinrichtungen sowie eine Berufsfachschule für Pflege wirken gemeinsam am Umsetzungsprozess mit.

Projektpartner:

Landeshauptstadt Hannover – Fachbereich Senioren

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-im-pflegeheim/praxisprojekte/demenz-bewegt-theater-bewegt-demenz-61/

Gesund leben – gesund bleiben.



Zielgruppe:

Stadtteilbürger:innen im mittleren Lebensalter

Inhalt:

Im Mittelpunkt des Projektes steht die Frage, welche Angebote und Maßnahmen dazu beitragen können, die Gesundheit der Bürger:innen in zwei Stadtteilen mit Entwicklungsbedarf der Stadt Hannover zu unterstützen. Nach Analyse bestehender Angebote und einer niedrigschwelligen Postkartenbefragung werden Maßnahmen geplant und umgesetzt. Entstanden ist bereits ein digitaler Gesundheitsplan.

Projektpartner:

Region Hannover, Landeshauptstadt Hannover,
Medizinische Hochschule Hannover

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/weitere-projekte/kommunale-gesundheitsfoerderung-fuer-und-mit-menschen-im-mittleren-lebensalter-27/

#regionalstark – Präventionsengagement der Ersatzkassen

unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ // Beispiele aus Nordrhein-Westfalen



Gesundheitslotsen



Zielgruppe:
Kinder und Familien

Inhalt:

„Nordstark“, „Neustark“ und „Gesunde Kids in Duisburg“ richten sich an Kinder (sechs bis zehn Jahre) und deren Familien in Dortmund-Nordstadt, Duisburg-Marxloh und -Hochfeld sowie in Gelsenkirchen-Neustadt. In den Projekten vermitteln Gesundheitslotsen gesundheitsfördernde Kompetenzen zu Ernährung und Bewegung und ermöglichen Zugänge zu entsprechenden Angeboten, insbesondere für Kinder und Eltern aus benachteiligten Verhältnissen. Für diese Arbeit hat „Nordstark“ 2019 den Gesundheitspreis Nordrhein-Westfalen erhalten.

Projektpartner:

Soziales Zentrum Dortmund e.V., Caritasverband für die Stadt Gelsenkirchen e.V., AWO-Integration gGmbH Duisburg

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/kinder/gesundheitslotsen-im-quartier-8/

ROBUST – Robotik-gestützte Prävention



Zielgruppe:
Bewohner:innen stationärer Pflegeeinrichtungen

Inhalt:

„ROBUST“ erforscht und entwickelt modulare robotische Anwendungen zur Prävention und Gesundheitsförderung in der stationären Pflege. Ziel ist es, die körperliche und geistige Aktivität von Pflegebedürftigen durch gesundheitsfördernde Übungen des Roboters „Pepper“ zu stärken sowie strukturelle Effekte auf die Pflegeeinrichtungen und Akteure zu evaluieren. Die Umsetzung erfolgt in vier Pflegeeinrichtungen in **Nordrhein-Westfalen** und **Schleswig-Holstein**. Das Projekt wird in Kooperation der vdek-Landesvertretungen Nordrhein-Westfalen und Schleswig-Holstein durchgeführt.

Projektpartner:

Forschungs- und Entwicklungszentrum Fachhochschule Kiel GmbH, gemeinnützige Gesellschaft für digitalisierte und nachhaltige Zusammenarbeit - DNZ gGmbH Siegen

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-im-pflegeheim/forschungsprojekte/robust-84/

Gesund Leben: Besser so, wie ich es will!



Zielgruppe:
Menschen mit Behinderung und deren Wohnsettings

Inhalt:

„Gesund Leben“ erforscht, wie eine gesundheitsfördernde Weiterentwicklung des Wohnsettings von Menschen mit (kognitiven) Beeinträchtigungen gelingen kann. Neben Kursen zu Bewegung im Alltag werden Grundlagen zur Ernährung und Gesundheitswissen vermittelt. Menschen mit Beeinträchtigungen sollen ihr Wissen in den Bereichen erweitern und möglichst selbstbestimmt leben können. Inhalte und Entwicklungspotenziale werden durch einen Verfahrenskatalog zur Umsetzung, einen Angebotskatalog sowie durch ein Multiplikatorenkonzept verstetigt.

Projektpartner:

Forschungsinstitut für Inklusion durch Bewegung und Sport (gGmbH) (FIBS)

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/menschen-mit-behinderung-und-angehoerige/gesund-leben-besser-so-wie-ich-es-will-50/



#regionalstark – Präventionsengagement der Ersatzkassen

unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ // Beispiele aus Rheinland-Pfalz & Saarland



Gesund bleiben in Molschd

Zielgruppe:

Ältere Menschen mit Sozillagenbezug im Quartier

Inhalt:

Das Projekt ist im Quartier oberes Malstatt (ugs. Molschd) von Saarbrücken verortet. Um ältere Menschen aus dem Quartier zu einem gesundheitsfördernden Lebensstil zu motivieren, werden Maßnahmen in den Handlungsfeldern Bewegung, Stressmanagement und Stärkung der Gesundheits- und Eigenkompetenz etabliert. Dies fördert die Lebensqualität im Umgang mit den Herausforderungen des Alltags und des Alterns. Weiterhin sorgen Multiplikatoren-schulungen ehrenamtlicher Bewohner:innen des Quartiers für eine nachhaltige Etablierung der beschriebenen Maßnahmen in den vorhandenen Quartiersstrukturen.

Projektpartner:

AWO Landesverband Saarland e.V.

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/gesund-bleiben-in-molschd-56/

Resi Saluto – Resilienz und Gewaltprävention in Pflegeeinrichtungen

Zielgruppen:

Bewohner:innen und Mitarbeiter:innen stationärer Pflegeeinrichtungen

Inhalt:

Ziel ist es, die Resilienz, die Gesundheit und das Wohlbefinden der Bewohner:innen stationärer Pflegeeinrichtungen zu stärken. Dies erfolgt anhand von Maßnahmen zur Stärkung der psychosozialen Gesundheit und zur Prävention unerwünschter Ereignisse, wie Gewalt und Gewalterleben. Hierfür erfolgen u. a. umfangreiche Schulungen der Mitarbeiter:innen zu den genannten Themenschwerpunkten. Dadurch sollen auf Dauer bedarfsgerechte Strukturen zur Resilienzförderung und Gewaltprävention in den Einrichtungen nachhaltig entwickelt und implementiert werden.

Projektpartner:

Dienstleistung, Innovation, Pflegeforschung GmbH (DIP)

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-im-pflegeheim/forschungsprojekte/resi-saluto-resilienz-und-gewaltpraevention-in-pflegeeinrichtungen-86/

Miteinander gesünder

Zielgruppen:

Bewohner:innen stationärer Pflegeeinrichtungen und Kinder in Kindertagesstätten

Inhalt:

Die Bewohner:innen stationärer Pflegeeinrichtungen werden gemeinsam mit den Kindern der Kindertagesstätten an die Themen Stressmanagement und Ernährung herangeführt. Um diese nachhaltig in ihre Lebensweise und ihren jeweiligen Lebenswelten zu integrieren erfolgt eine Vernetzung der Einrichtungen miteinander. Zudem werden individuelle und bedarfsgerechte Konzepte für die Einrichtungen erarbeitet und durch die Qualifizierung der Mitarbeiter:innen in den Themenfeldern nachhaltig in den Einrichtungen etabliert. Durch das gemeinsame Erleben entsteht u.a. auch ein besseres Verständnis zwischen den Generationen.

Projektpartner:

Mehr Zeit für Kinder e.V.

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-im-pflegeheim/praxisprojekte/miteinander-gesuender-83/



Präventionsprojekte regional & deutschlandweit unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“

186



BARMER

DAK
Gesundheit

KKH Kaufmännische
Krankenkasse

hkk
KRANKENKASSE



vdek
Die Ersatzkassen

www.gesunde-lebenswelten.com

#regionalstark – Präventionsengagement der Ersatzkassen

unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ // Beispiele aus Sachsen



Unabhängig: Stark und selbstbewusst ins Leben

Zielgruppe:

Kinder und Jugendliche psychisch und suchtkranker Eltern

Inhalt:

Es ist erwiesen, dass junge Menschen in der Kinder- und Jugendhilfe durch ihre höhere psychosoziale Belastung und ihrer Vorgeschichte ein erhöhtes Risiko für Suchtverhalten aufweisen als Gleichaltrige. Um Suchtprobleme zu vermeiden bzw. zu reduzieren werden junge Menschen und pädagogische Fachkräfte an fünf Standorten im ländlichen Raum geschult sich mit dem Thema Sucht alters- und zielgruppengerecht auseinanderzusetzen. Dabei werden sie von externen Fachpersonal unterstützt. Damit die erarbeiteten Inhalte nachhaltig wirken, wird ein trägereinheitlicher Fachstandard zur Suchtprävention entwickelt.

Projektpartner:

Kinderarche Sachsen e. V.

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/kinder/unabhaengig-stark-und-selbstbewusst-ins-leben-82/

Verpflegungsmanagement: Der Schlüssel für ausgewogene Ernährung

Zielgruppe:

Bewohner:innen stationärer Pflegeeinrichtungen

Inhalt:

In einem vorangegangenen Projekt erfolgte eine Datenerhebung zum Stand einer ausgewogenen Erhebung in vollstationären Pflegeeinrichtungen. Auf dessen Basis baut dieses Projekt nun auf und widmet sich ausbaufähigen Kommunikationsstrukturen im Kontext des Verpflegungsmanagements. Außerdem werden Ganztagesessenspläne einzelner Einrichtungen analysiert und optimiert.

Projektpartner:

parikom gGmbH

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-im-pflegeheim/praxisprojekte/verpflegungsmanagement-der-schluessel-fuer-ausgewogene-ernaehrung-93/

Powerfood – clever essen lernen



Zielgruppe:

Kinder und Jugendliche psychisch und suchtkranker Eltern

Inhalt:

In teilstationären und stationären Jugendhilfeeinrichtungen wird sachsenweit unter der Beteiligung der jeweiligen Einrichtungen die Verpflegungssituationen in den Blick genommen. Bisher erfolgte die Auswertung von Speiseplänen und Rahmenbedingungen. Durch einen Abgleich mit Ernährungsempfehlungen wurde die Arbeitshilfe „Damit gute Ernährung in der Jugendhilfe gelingt“ verfasst und erstmals ein Qualitätsstandards zur gesunden Verpflegung in Jugendhilfeeinrichtungen definiert. Außerdem wurde ein Weiterbildungscurriculum erstellt.

Projektpartner:

parikom gGmbH

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/kinder/powerfood-clever-essen-lernen-7/



Präventionsprojekte regional & deutschlandweit unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“

186



BARMER

DAK
Gesundheit

KKH Kaufmännische
Krankenkasse

hkk
KRANKENKASSE



vdek
Die Ersatzkassen

www.gesunde-lebenswelten.com

#regionalstark – Präventionsengagement der Ersatzkassen

unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ // Beispiele aus Sachsen-Anhalt



KiB-mobil – Bewegungsförderung in Kindergärten

Zielgruppe:

Kinder in Kindertagesstätten

Inhalt:

In Magdeburger Kindergärten werden gemeinsam mit Sportwissenschaftler:innen Konzepte umgesetzt, welche es Kindern ermöglicht, mit Alltagsmaterialien eigene Bewegungslandschaften zu entwickeln. Auch Kooperationen zwischen Kindergärten und Sportvereinen sollen aufgebaut werden, um eine Bindung an den Vereins- und Gemeinschaftssport zu entwickeln. Parallel wird evaluiert, welchen Einfluss das Programm auf die motorische, kognitive und soziale Entwicklung der Kinder hat. Hierbei wird auch der Entwicklungsverlauf in Abhängigkeit von der sozialen Herkunft untersucht.

Projektpartner:

Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/kinder/kib-mobil-ein-innovatives-projekt-zur-bewegungsfoerderung-in-kindergaerten-28/

Mobilität mit Demenz

Zielgruppe:

Bewohner:innen stationärer Pflegeeinrichtungen

Inhalt:

Im Projekt werden musikbasierte Bewegungsprogramme für Menschen mit Demenz entwickelt. Es wird der Frage nachgegangen, inwieweit sich diese auf motorische und kognitive Fähigkeiten sowie die Lebensqualität auswirken. Das Projekt wird in vier Magdeburger Einrichtungen umgesetzt. Ziel ist es, die konzipierten Übungen auf ihre Durchführbarkeit mit demenziell erkrankten Bewohner:innen zu testen und ein Handbuch für stationäre und ambulante Pflegeeinrichtungen entstehen zu lassen.

Projektpartner:

Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-im-pflegeheim/praxisprojekte/mobilitaet-mit-demenz-62/

Lebenshilfe Magdeburg is(s)t gesünder!

Zielgruppe:

Menschen mit Behinderung



Inhalt:

Das Projekt zielte darauf ab, Menschen mit Behinderungen für eine gesunde Ernährung zu sensibilisieren und motivieren. Unter Einbezug fachlicher Expertise wurden in Bewohner:innen- und Betreuer:innenschulungen anschaulich und in leichter Sprache gesunde Ernährungsgrundlagen vermittelt und aufgezeigt, wie diese mit Leichtigkeit in den Alltag integriert werden können. Neben Informationsveranstaltungen für Angehörige sorgten auch Thementage und Rezepte des Monats für Motivation.

Projektpartner:

Lebenshilfe-Werk Magdeburg gGmbH

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/menschen-mit-behinderung-und-angehoerige/lebenshilfe-magdeburg-isst-gesuender-31/

#regionalstark – Präventionsengagement der Ersatzkassen unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ // Beispiele aus Schleswig-Holstein

Zusammen Arbeiten – Gemeinsam Gesund (ZAGG)



Zielgruppe:

Menschen mit Behinderung

Inhalt:

Ziel des Projektes „ZAGG“ ist es, in sechs Werkstätten für Menschen mit Behinderung im Kreis Rendsburg-Eckernförde die Verhältnisse nachhaltig gesundheitsfördernd zu gestalten sowie die Menschen mit Behinderung in ihren gesundheitlichen Ressourcen und Fähigkeiten zu stärken. Unter Einbezug von externen Fachexpert:innen sollen dazu u. a. Multiplikator:innen in den Themenbereichen Bewegung, Ernährung, Stressmanagement und Suchtmittelkonsum geschult werden. Die Inhalte der Schulungen werden auf Basis der Bedarfs- und Bedürfniserhebung entwickelt.

Projektpartner: Diakonie-Hilfswerk Schleswig-Holstein

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/menschen-mit-behinderung-und-angehoerige/zusammen-arbeiten-gemeinsam-gesund-58//

ROBUST: Robotik-basierte Unterstützung von
Prävention & Gesundheitsförderung in
stationären Pflegeeinrichtungen



Zielgruppe:

Bewohner:innen stationärer Pflegeeinrichtungen

Inhalt: „ROBUST“ ist ein Forschungsprojekt, in dem der Roboter „Pepper“ gesundheitsfördernde Angebote für Pflegeheimbewohner:innen in **Schleswig-Holstein** und **Nordrhein-Westfalen** umsetzt. Ziel ist es, die körperliche und geistige Aktivität von Pflegebedürftigen durch gesundheitsfördernde Übungen des Roboters zu stärken sowie strukturelle Effekte auf die Pflegeeinrichtungen und Akteure zu evaluieren. Im Ergebnis sollen ein Kurskonzept zur Robotik-basierten Prävention in stationärer Pflege entstehen und die Projektergebnisse über Handlungs- und Praxisleitfäden zugänglich gemacht werden. Das Projekt wird in Kooperation der vdek-Landesvertretungen Schleswig-Holstein und Nordrhein-Westfalen durchgeführt.

Projektpartner: Forschungs- und Entwicklungszentrum Fachhochschule Kiel GmbH, gemeinnützige Gesellschaft für digitalisierte und nachhaltige Zusammenarbeit - DNZ gGmbH Siegen

Website: www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-im-pflegeheim/forschungsprojekte/robust-84/