

Projekt „Alter in Bewegung“ Bewegung für Menschen mit und ohne Demenz Merkblatt für interessierte Sportvereine

Hintergrund

Das gemeinsame Projekt „Alter in Bewegung“ des Landessportverbandes Schleswig-Holstein und des Forums Pflegegesellschaft unter Einbeziehung des Kompetenzzentrums Demenz der Alzheimer Gesellschaft Schleswig-Holstein e.V. kann helfen, ein neues bislang wenig genutztes Betätigungsfeld für Sportvereine, aber auch für Pflege und Betreuung in der Altenhilfe zu erschließen. Durch eine Kooperation zwischen ambulanten Pflegediensten und Sportvereinen sollen ältere Menschen, die in ihrer eigenen Häuslichkeit durch Angehörige und Pflegedienste versorgt werden, zu mehr Bewegung kommen. Auch sollen Menschen mit einer dementiellen Erkrankung sowie deren Angehörige von diesem Angebot profitieren.

Von daher werden auch Betreuungsgruppen, die Menschen mit Demenz begleiten, für die Teilnahme an diesem Projekt angesprochen. Auch Wohnanlagen mit Betreuung, Servicehäuser, Mehrgenerationenhäuser, Altenbegegnungsstätten und Tagespflegen sollen als Partner für dieses Angebot gewonnen werden.

Ziele

Ziel der Bemühungen ist es, körperliche Aktivität als festen Bestandteil in den Alltag von älteren Menschen nachhaltig zu integrieren und so Körper und Geist auch im hohen Lebensalter zu fordern und fördern. Darum können und sollen auch Angehörige von Pflegebedürftigen am Trainingsprogramm teilnehmen. Das gemeinsame Miteinander und Bewegen macht dieses Angebot besonders attraktiv.

Die von den Sportvereinen angebotenen Maßnahmen leisten einen Beitrag zur Gesundheitsförderung von Seniorinnen und Senioren.

Das Programm zielt auf die Verbesserung der Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination ab und orientiert sich an folgenden Zielstellungen:

- Bewegungsförderung von älteren Menschen mit dem Ziel der Erhaltung der Selbständigkeit und Lebensqualität im Alter
- Sicherheit im Alltag / Sturzprävention
- Gesundheitsbezogene, niedrigschwellige Bewegungsangebote
- Freizeitgestaltung und Geselligkeit
- Soziale Teilhabe
- Gewinnung neuer Zielgruppen
- Öffnung des Pflegedienstes und des Sportvereins für das Quartier
- Netzwerkbildung
- Gemeinsame Werbung in der Öffentlichkeit

Kooperationsvereinbarung

Der Pflegedienst schließt mit dem Sportverein einen Vertrag, in dem alle Modalitäten der Zusammenarbeit festgelegt werden (siehe Mustervertrag). Der Landessportverband Schleswig-Holstein und das Forum Pflegegesellschaft erhalten jeweils eine Kopie.

Kursangebot

Der Sportverein offeriert auf dieser Grundlage ein Bewegungsangebot. Dieses erstreckt sich in der Regel über 12 Wochen. In jeder Woche findet eine Übungseinheit a 60 Minuten statt. Zusätzlich sollen 30 Minuten für Vor- und Nachbereitung eingeplant werden.

Der Verein erhält pro Kurs 360,00 Euro Aufwandsentschädigung für die Übungsleiterin oder den Übungsleiter des Sportvereins.

Leitung der Kurse

Der Sportverein bestimmt in Absprache mit dem Pflegedienst Angebotsinhalte und die eingesetzten Fachkräfte. Die Übungsleiterin/der Übungsleiter (ÜL) verfügt mindestens über eine Übungsleiter-C-Lizenz, Schwerpunkt Ältere oder über eine anderweitige fachliche oder berufliche Qualifikation. Zusätzlich sollten die ÜL eine Fortbildung zum Umgang mit Menschen mit einer dementiellen Erkrankung absolviert haben. Diese Fortbildung mit 20 Lehreinheiten wurde in 2014 für die ÜL der Sportvereine vom Kompetenzzentrum Demenz in Kooperation mit dem Bildungswerk des Landessportverbandes angeboten (bei Bedarf auch in 2015). 15 Unterrichtseinheiten werden vom Bildungswerk für die Lizenzverlängerung anerkannt.

Das Kompetenzzentrum Demenz unterstützt bei Bedarf und Nachfrage die ÜL auch später während der Praxiseinsätze.

Der Pflegedienst sucht gemeinsam mit dem Sportverein einen für das Bewegungsangebot zweckdienlichen Raum. Die Zeiteinheiten und örtlichen Rahmenbedingungen werden zwischen dem Pflegedienst und dem Sportverein verbindlich festgelegt. Änderungen erfolgen einvernehmlich.

Der Pflegedienst benennt einen Bewegungsbeauftragten, der als Koordinationshelfer verbindlich für die gesamten 12 Wochen der Maßnahme zur Verfügung steht und dem ÜL z.B. im Umgang mit dementiell erkrankten Personen, deren individueller Ansprache, Motivation und Bewegungsunterstützung assistiert.

Weiterhin organisiert der Dienst das Bringen und Abholen der Senioren.

Teilnehmerinnen und Teilnehmer

An dem Bewegungsangebot können Pflegebedürftige und deren Angehörige, aber auch Gäste z.B. aus dem Stadtteil teilnehmen. Die Anzahl der Teilnehmer pro Bewegungsangebot wird zwischen dem Pflegedienst und dem Kooperationspartner Sportverein je nach möglicher Kapazität festgelegt, beträgt aber maximal 12 Personen.

Versicherung

Durch die gemeinsame unterzeichnete Kooperationsvereinbarung sind die für diese Maßnahmen durch den Verein eingesetzten Übungsleiter sowie die teilnehmenden Vereinsmitglieder im Rahmen des Sportversicherungsvertrages des Landessportverbandes Schleswig-Holstein versichert. Die an diesen Maßnahmen teilnehmenden Pflegebedürftigen und deren Angehörige sind für ihren individuellen Versicherungsschutz selbst verantwortlich.

Ausblick

Das Projekt „Alter in Bewegung“ wird vom Ministerium für Soziales, Gesundheit, Wissenschaft und Gleichstellung des Landes Schleswig-Holstein, der BARMER GEK, dem Forum Pflegegesellschaft, dem Landessportverband Schleswig-Holstein sowie dem Kompetenzzentrum Demenz der Alzheimer Gesellschaft gefördert. Damit werden 25 regionale Kooperationen zwischen örtlichen Sportvereinen und ambulanten Pflegediensten und Betreuungsgruppen in 2015 ermöglicht. Das Projekt soll Vorbildcharakter haben und weitere Sportvereine wie ambulante Pflegedienste motivieren nach verlässlichen Partnern zu suchen, um nachhaltig gemeinsame Sport- und Betreuungsangebote aufzubauen.

Über den Aufbau von niedrigschwelligen Angeboten nach § 45 SGB XI, mit dem Schwerpunkt Bewegung und Sport, kann eine Finanzierung über das Projektende hinaus gesichert werden. Die ÜL haben durch die absolvierte 20-stündige Schulung die Möglichkeit, in diesen anerkannten Angeboten tätig zu werden.



BARMER GEK