

Grundlagen

Strategien, Gesetze, Empfehlungen und Leitlinien im Bereich Bewegungsförderung von älteren Menschen in den Lebenswelten Kommune und Pflegeeinrichtung

Nationales Gesundheitsziel „Gesund älter werden“ (2012)

Verfasserinnen: PD Dr. Ellen Freiberger, Dr. Elke Schlesselmann, Ute Becker

Stand: Juni 2021

Einleitung

In den hier vorliegenden Strategien, Gesetzen, Empfehlungen und Leitlinien im Bereich Bewegungsförderung von älteren Menschen in den Lebenswelten Kommune und Pflegeeinrichtung bieten wir Ihnen eine Grundlage, mit der Sie bei älteren Menschen auf ein höheres Maß an körperlicher Betätigung hinwirken können. Sie sollen Ihnen dabei helfen, Bewegung zu fördern, Bewegung zu erleichtern, vorhandene Barrieren abzubauen und bewegungsfördernde Rahmenbedingungen zu schaffen.

Um Ihnen ein rasches Auffinden der wichtigsten Informationen zu ermöglichen, haben wir versucht, alle Grundlagen nach einem gleichen Schema - Kurzbeschreibung, Ziele, grundlegende Paragraphen, Empfehlungen für Maßnahmen zur Zielerreichung, weiterführende Hinweise – aufzubauen.

Übersicht der Strategien, Gesetze, Empfehlungen und Leitlinien:

- 1. Nationales Gesundheitsziel „Gesund älter werden“ (2012)**
- 2. Internationale Strategien zur Bewegungsförderung auf EU-Ebene (2016-2025)**
- 3. Gesetz zur Stärkung von Prävention und Gesundheitsförderung (2015)**
- 4. Bundesrahmenempfehlungen der Nationalen Präventionskonferenz – Leitfaden Prävention nach § 20 SGB V (2018)**
- 5. Leitfaden Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen nach § 5 SGB XI (2018)**
- 6. Nationale Expertenstandards in Pflegeeinrichtungen in Bezug auf Bewegungsförderung (seit 2013)**
- 7. Aktivierende Pflege**
- 8. Qualitätsprüfungsrichtlinien für die vollstationäre Pflege nach § 5 SGB XI (2018)**
- 9. Nationaler Aktionsplan „IN FORM“ (Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung) – ältere Menschen (seit 2008)**

Kurzbeschreibung

Gesundheitsziele sind Vereinbarungen der verantwortlichen Akteure im Gesundheitssystem. Dabei stellen sie ein ergänzendes Steuerungssystem im Gesundheitswesen dar, um das übergeordnete Ziel, die Aufrechterhaltung der Gesundheit der Bevölkerung, zu erreichen. Auf Grundlage gesicherter Erkenntnisse können für ausgewählte Zielbereiche Empfehlungen formuliert und Maßnahmenkataloge erstellt werden. Durch die Beteiligung von Akteurinnen und Akteuren des Gesundheitswesens bei der Erarbeitung der Gesundheitsziele verpflichten sich Politik, Kostenträger, Leistungserbringer, Selbsthilfe- und Patientenorganisationen sowie Wissenschaft und Forschung den gemeinsamen Handlungsrahmen zu unterstützen und transparent in ihren Verantwortungsbereichen gemäß dieser Gesundheitsziele zu agieren.

Ziel(e)

Die Gesundheitsziele verfolgen einen umfassenden Ansatz zur Verbesserung von Gesundheit, der präventive Maßnahmen ebenso wie die Früherkennung von Krankheiten und eine verbesserte Versorgung im Krankheitsfall einschließt. Ein weiterer wichtiger gesundheitspolitischer Aspekt ist die Stärkung der Selbsthilfe sowie der Eigenverantwortung und die Stärkung des Gesundheitsbewusstseins in der Bevölkerung.

Eines der neun nationalen Gesundheitsziele lautet „Gesund älter werden“. In drei Handlungsfeldern mit 13 Zielen wird beschrieben, wie die Gesundheit der älter werdenden Gesellschaft erhalten und verbessert werden kann.

Ziel 1 und Ziel 3 nehmen Bezug auf ältere Menschen und Bewegungsförderung:

- Ziel 1: „Die gesellschaftliche Teilhabe älterer Menschen ist gestärkt. Mangelnde Teilhabe werden erkannt und gemindert“.
- Ziel 3: „Körperliche Aktivität und Mobilität älterer Menschen sind gestärkt bzw. erhalten“.

Maßnahmen zur Zielerreichung

Ansätze:

- Entwicklung eines kommunalen Modells zur bewegungsförderlichen Gestaltung des öffentlichen Raums
- Weiterentwicklung und Ausbau wohnortnaher Strukturen für ältere Menschen
- Berücksichtigung der individuellen Lebenswelten (Setting-Ansatz)
- Fokus auf vulnerable Personengruppen
- Bereitstellung attraktiver und barrierearmer Freiflächen und Aktivitätsräume für ältere Menschen
- Interventionen sollen einen Bezug zum Alltag der Teilnehmerinnen und Teilnehmer herstellen, leicht ins Alltagsleben integriert werden können und im sozialen- Nahfeld sowie in Gruppen durchgeführt werden
- Sektorenübergreifende Vernetzung der Akteure auf verschiedenen Ebenen

Weiterführende Hinweise

- <https://gesundheitsziele.de/>