

Grundlagen

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

Internationale Strategien zur Bewegungs- förderung auf EU-Ebene (2016-2025)

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

Das WHO-Regionalbüro für Europa erarbeitete diese Strategie zur Bewegungsförderung vor dem Hintergrund der freiwilligen Zielvorgaben aus dem Globalen Aktionsplan der WHO für die Prävention und Bekämpfung nicht übertragbarer Krankheiten (2013–2020), der im Mai 2013 von der 66. Weltgesundheitsversammlung gebilligt wurde. Für die Zeit 2016-2025 wurde auf EU-Ebene eine Strategie zur Bewegungsförderung entwickelt. Im Mittelpunkt der Strategie steht Bewegung als ein entscheidender Einflussfaktor für Gesundheit und Wohlbefinden. Dabei werden die Regierungen und die maßgeblichen Akteure dazu angeregt, bei allen Bürgerinnen und Bürgern der Europäischen Region auf ein höheres Maß an körperlicher Betätigung hinzuwirken. Global betrachtet soll der Bewegungsmangel um 10% bis 2025 gesenkt werden.

Ziel(e)

Insgesamt wurden vier Handlungsfelder mit Unterzielen definiert. Das Handlungsfeld 4 adressiert die Bewegungsförderung des älteren Menschen mit folgenden Unterzielen:

- Verbesserung der Qualität der Bewegungsberatung für ältere Menschen durch Gesundheitsfachkräfte
- Bereitstellung einer Infrastruktur und eines geeigneten Umfelds für die körperliche Betätigung älterer Menschen
- Einbindung älterer Menschen in Bewegungsaktivitäten über das soziale Umfeld

Die Mitgliedstaaten sollten Mechanismen zur Koordinierung zwischen Ressorts wie Gesundheit, Sport, Bildung, Verkehr, Städteplanung, Umwelt und Soziales sowie zwischen den verschiedenen staatlichen Ebenen (national, regional, kommunal) einrichten, um gemeinsame Ziele aufzustellen und gegenseitige Vorteile erkennen zu können.

Maßnahmen zur Zielerreichung

- Die Mitgliedstaaten sollten auf nationaler wie kommunaler Ebene staatliche Unterstützung für soziale Netzwerke und nichtstaatliche Organisationen gewähren, die altersgerechte Bewegungsprogramme und -angebote ausarbeiten und einführen.
- Diese Unterstützung könnte verschiedene Formen beinhalten wie z. B. Finanzierung, Orientierungshilfen und Beratung, aber auch durch zusätzliche Forschungsarbeiten zu innovativen partizipatorischen Ansätzen.
- In Zusammenarbeit mit örtlichen Entscheidungsträgern könnten die Mitgliedstaaten durch innovative partizipatorische, soziale und u. a. auch generationsgreifende Ansätze die älteren Menschen in die Gestaltung attraktiver und erschwinglicher Bewegungsangebote einbinden.

Weiterführende Hinweise

- https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0006/283830/65wd09g_PhysicalActivityStrategy_150474.pdf