

Grundlagen

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

Bundesrahmenempfehlungen der Nationalen Präventionskonferenz – Leitfaden Prävention nach § 20 SGB V (2018)

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

Die für ältere Menschen zugeschnittenen Leistungen sollen wohnortnah, niedrigschwellig, im Rahmen kommunaler Strukturen, möglichst unter Mitwirkung älterer Menschen und in Kooperation mit verschiedenen Akteurinnen und Akteuren vor Ort (wie unter anderem kommunales Steuerungsgremium, gemeinsame Servicestellen der Rehabilitationsträger, Sportvereine, stationäre Pflegeeinrichtungen), erbracht werden.

Ziel(e)

Das Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und der Prävention (Präventionsgesetz - PräVg) verbessert die Grundlagen für die Zusammenarbeit von Sozialversicherungsträgern, Ländern und Kommunen in den Bereichen Prävention und Gesundheitsförderung. Es gilt für alle Altersgruppen in verschiedenen Lebensbereichen, um Menschen dort zu erreichen, wo sie leben, lernen und arbeiten, z. B. in der Kita, Schule, am Arbeitsplatz oder im Pflegeheim.

Ziel „Gesund im Alter“	<ul style="list-style-type: none">→ Gelungener Wechsel von der Erwerbsphase in den Ruhestand→ Möglichst lange gesund verbrachter Ruhestand→ Gesundheit und Selbstständigkeit erhalten→ Bestehender Pflegebedürftigkeit oder deren Verschlechterung entgegenwirken
Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none">→ Personen in der nachberuflichen Lebensphase (Differenzierung nach spezifischen Bedarfen, z. B.: Frauen/Männer; Menschen mit Behinderungen; aktive Personen, bei denen Pflegebedürftigkeit noch vermieden oder verzögert werden kann; Menschen, die zu Hause gepflegt werden; pflegende Angehörige)→ Bewohnerinnen und Bewohner sowie Pflegekräfte von stationären Pflegeeinrichtungen

Tabelle 1: Ziele und Zielgruppen bei älteren Menschen in den Bundesrahmenempfehlungen

Grundlegende Paragraphen

Die Umsetzung der Bundesrahmenempfehlungen erfolgt jeweils auf Landesebene durch die dort vereinbarten Landesrahmenempfehlungen und unter Zugrundelegung der Leitfäden Prävention des GKV-Spitzenverbandes zur Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten nach § 20 Abs. 2 SGB V und in stationären Pflegeeinrichtungen nach § 5 SGB XI.

Die Bundesrahmenempfehlungen beziehen sich auf:

- Leistungen zur verhaltensbezogenen Prävention (SGB V, § 20, Absatz 4 und 5)
- Leistungen zur Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten für in der gesetzlichen Krankenversicherung Versicherte (SGB V, § 20, Absatz 4)
- Leistungen zur betrieblichen Gesundheitsförderung (SGB V, § 20 b und c)

Maßnahmen zur Zielerreichung

Die Maßnahmen für Personen in der nachberuflichen Lebensphase enthalten die Prävention und Gesundheitsförderung für ältere und alte Menschen im Setting Kommune (zur Vermeidung gesundheitlicher Risiken, Stärkung von Ressourcen und zur Vermeidung von Pflegebedürftigkeit). Die GKV übernimmt Leistungen nach dem Setting-Ansatz ältere/alte Menschen im Setting Kommune.

Die Maßnahmen für pflegebedürftige Menschen enthalten die Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen. Die Soziale Pflegeversicherung übernimmt Leistungen gemäß dem „Leitfaden Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen“ des GKV-Spitzenverbandes.

Alle Maßnahmen sind umso erfolgreicher, je mehr der Fokus auf die jeweilige Lebenswelt der Zielgruppen gerichtet wird.

Weiterführende Hinweise

- https://www.npk-info.de/fileadmin/user_upload/ueber_die_npk/downloads/1_bundesrahmenempfehlung/bundesrahmenempfehlung_BRE_praevention_barrierefrei.pdf
- https://www.gesetze-im-internet.de/sgb_5/_20f.html
- https://www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/krankenversicherung_1/praevention_selbsthilfe_beratung/praevention/praevention_leitfaden/2021_Leitfaden_Praevention_komplett_P210177_barrierefrei3.pdf