

**Die Pflegemediathek**

Nutzen Sie unser multimediales Schulungsportal. Ganz nach dem Motto „einfach. gut. schulen.“ stellen wir Schulungsmodulare bereit, mit denen Sie Ihre Mitarbeiter vom Pflegehelfer bis hin zur examinierten Fachkraft professionell und in völlig neuer Qualität zu vielfältigen Themen der Pflege selbst schulen können.

Auch „Prävention“ wird in der Pflegemediathek aufgegriffen und mit kleinen Filmbeiträgen, Vorträgen und Schulungen werden Anregungen zur Umsetzung der verschiedenen Handlungsfelder gegeben.

[aok-rh.pflegemediathek.de](http://aok-rh.pflegemediathek.de)



Die AOK Rheinland/Hamburg möchte mit Ihnen eine erfolgreiche und vor allem auf Dauer angelegte Gesundheitspartnerschaft aufbauen. Möchten Sie mit uns den Weg zu einer „**Gesunden Pflegeeinrichtung**“ gehen?

Die Möglichkeiten dazu erörtern wir gerne in einem persönlichen Gespräch.

Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Ihnen.

Kontaktdaten:

AOK Rheinland/Hamburg  
 Unternehmensbereich Gesundheitsförderung  
 Geschäftsbereich Prävention/Gesundheitssicherung  
 Kasernenstr. 61  
 40213 Düsseldorf  
 E-Mail: [gesundheits-sicherung@rh.aok.de](mailto:gesundheits-sicherung@rh.aok.de)

Das Präventionsangebot **„Gesunde Pflegeeinrichtung“** der AOK Rheinland/Hamburg ist speziell auf die Bedürfnisse und die Lebenssituationen pflegebedürftiger Menschen in stationären Einrichtungen zugeschnitten. Mit gezielten Maßnahmen zur Gesundheitsförderung sollen vorhandene Gesundheitspotenziale und Ressourcen der pflegebedürftigen Menschen aktiviert werden. Zudem wird die Gesundheitskompetenz der Beschäftigten gefördert.

Ziele des Präventionsangebotes **„Gesunde Pflegeeinrichtung“** sind daher:

- Verbesserung der gesundheitlichen Situation
- Stärkung physischer und psychischer Ressourcen und Fähigkeiten
- Verbesserung der Lebensqualität und des Wohlbefindens
- Schaffung gesundheitsförderlicher Lebens- und Arbeitsbedingungen für die Bewohner und Beschäftigten

Der Nutzen liegt dabei auf der Hand:

- Pflegeentlastung durch mobilere, aktivere und geistig fittere Bewohner
- Gutes Image für die Einrichtung
- Zufriedene Bewohner und Mitarbeiter
- Attraktiver Arbeitgeber – geringere Fluktuation und einfacherer Gewinn von Fachkräften

Voraussetzung für die Umsetzung aller Maßnahmen ist, dass gesundheitsförderliche Strukturen in Pflegeeinrichtungen aufgebaut werden. Dabei unterstützt die AOK und berät bei der Bedarfsanalyse, der Planung und Umsetzung von Angeboten. Basis dieser vertrauensvollen Zusammenarbeit ist der Abschluss einer Gesundheitspartnerschaft zwischen der Einrichtung und der AOK Rheinland/Hamburg.

Die Prävention in der stationären Pflege wird in **fünf Handlungsfeldern** konsequent umgesetzt:

- Ernährung
- Körperliche Aktivität
- Stärkung kognitiver Ressourcen
- Psychosoziale Gesundheit
- Prävention von Gewalt

Für diese Handlungsfelder hat die AOK Rheinland/Hamburg verschiedene Module entwickelt, die kostenfrei in Anspruch genommen werden können:

Mit dem Modul **„Sicher und mobil bleiben“** schult die AOK Mitarbeiter der Einrichtungen im Kraft-Balance- und Mobilitäts-Training. Ziel ist die körperliche und geistige Aktivierung der Pflegebedürftigen.

Zur Verbesserung der Ernährungssituation und zur Umsetzung der DGE-Qualitätsstandards steht das Modul **„Gesunde Ernährung“** zur Verfügung.

Das Modul **„Würdevolles Miteinander“** setzt sich für Prävention von Gewalt in der Pflege ein. Durch verschiedene Maßnahmen werden individuelle Handlungskompetenzen zum Umgang mit herausforderndem Verhalten und für das wertschätzende Miteinander im Team gefördert.

Zur Verbesserung der psychosozialen Gesundheit und Stärkung kognitiver Ressourcen werden im Modul **„Spielerisch den Geist trainieren“** Maßnahmen zu musischen, spielerischen und/oder biografischen Methoden angeboten.

Grundlage aller Maßnahmen sind der gesetzliche Präventionsauftrag nach § 5 SGB XI und der GKV-Leitfaden „Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen“.



Das Angebot **„Gesunde Pflegeeinrichtung“** verfolgt auch die Weiterentwicklung der **betrieblichen Gesundheitsförderung**. Denn gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen beeinflussen das Wohlergehen der Beschäftigten und können dadurch die Betreuung und Versorgung der Pflegebedürftigen weiter verbessern.