

Wie Prävention nachhaltig gelingt

Kompetenzentwicklung und Partizipation als Schlüssel für mehr Gesundheit in Pflegeeinrichtungen: Das Projekt Kompetenz-GLP setzt auf Qualifizierung, praxisnahe Leitfäden und Methodenkoffer zur Beteiligung. Ziel ist die nachhaltige Verankerung von Prävention und Gesundheitsförderung im Pflegealltag.

- Saskia Meyer*
- Tonia Nassal*
- Katja Dierich*

*Qualitätsverbund Netzwerk im Alter Pankow (QVNIA e. V.) Die drei Autorinnen sind langjährig im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention tätig.

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) Berlin/Brandenburg und der Qualitätsverbund Netzwerk im Alter – Pankow e. V. (QVNIA e. V.) haben gemeinsam das Projekt „Nachhaltige Kompetenzentwicklung und neue Angebote in Pankower Pflegeeinrichtungen – Kompetenz-GLP“ zur **Gesundheitsförderung** von Pflegebedürftigen und Mitarbeitenden in Pflegeeinrichtungen von 2024 bis 2025 umgesetzt.

Im Fokus des Projekts stehen die stationären und teilstationären Pflegeeinrichtungen in Berlin-Pankow sowie deren Beschäftigte in leitenden Positionen, Pflege(fach)personen und Betreuungspersonal. Darüber hinaus werden durch das Projekt die pflegebedürftigen Menschen, die in diesen Einrichtungen leben sowie deren An- und Zugehörige, in den Blick genommen und beteiligt.

Ein zentrales Ziel des Projektes ist es, in den Pflegeeinrichtungen durch **Kompetenzentwicklung und Partizipation** gesundheitsförderliche Lebensbedingungen zu schaffen und dadurch einen partizipativen Organisationsentwicklungsprozess nachhaltig zu etablieren. Dabei stehen im Fokus:

- » Förderung der psychosozialen Gesundheit
- » Stärkung der kognitiven Ressourcen
- » körperlichen Aktivität

In dem Projekt werden folgende verhaltenspräventive und verhältnispräventive Maßnahmen umgesetzt.

KOMPETENZENTWICKLUNG DURCH QUALIFIZIERUNG

Um präventive Maßnahmen gemäß dem Leitfaden Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen nach § 5 SGB XI nachhaltig zu verankern, sollten Führungs- und Leitungskräfte über Kompetenzen verfügen, wie der Gesundheitsförderungsprozess umgesetzt werden

soll und wie Maßnahmen zu initiieren und zu implementieren sind. Nicht nur die strukturierte Bedarfserhebung, Planung, Umsetzung und Evaluation der Maßnahmen sind wichtig, sondern auch, wie die Maßnahmen gefördert und im Sinne eines Projektmanagements angestoßen und etabliert werden. Um Führungs- und Leitungskräfte für eine eigenständige Umsetzung von präventiven und gesundheitsfördernden Maßnahmen zu befähigen, hat der QVNIA e. V. ein Curriculum für die modulare und duale Fachweiterbildung „Fachkraft für Prävention und Gesundheitsförderung in der Lebenswelt Pflege“ entwickelt.

Die **Fachweiterbildung** umfasst insgesamt 12 Module zur Gesund-

ÜBERSICHT DER MODULE DER FACHWEITERBILDUNG

- » Grundlagen der Gesundheitsförderung im Setting Pflege
- » Bausteine der Gesundheitsförderung
- » Handlungsfelder der Gesundheitsförderung in der Pflege
- » Betriebliche Gesundheitsförderung
- » Methoden zur Umsetzung des Gesundheitsförderungsprozesses
- » Bausteine des Projektmanagements
- » Rechtliche und wirtschaftliche Grundlagen
- » Qualitätsmanagement
- » Rolle der Führungskraft in der Gesundheitsförderung
- » Gesundheitsfördernde Organisationsentwicklung
- » Kolloquium
- » Abschlussprüfung



Foto: Werner Krüper

heitsförderung (siehe Kasten) und 160 Lerneinheiten, die über einen Zeitraum von 18 Monaten umgesetzt werden sollen. Die Fachweiterbildung wird sowohl in Präsenz in den Pflegeeinrichtungen in Pankow als auch Online – asynchron und synchron – stattfinden. Ergänzend zur theoretischen Wissensvermittlung setzen die Teilnehmenden in ihrer jeweiligen Pflegeeinrichtung eine gesundheitsförderliche Maßnahme gemäß dem Gesundheitsförderungsprozess um.

Der QVNIA e. V. als Projektträger wird dabei im Sinne einer Praxisbegleitung als Unterstützung zur Seite stehen. So wird garantiert, dass die Teilnehmenden der Fachweiterbildung auch praktisch erlernen, wie gesundheitsförderliche Maßnahmen umgesetzt werden. Zur Konzeption dieser Rahmenbedingungen, wurden die Pflegeeinrichtungen in Pankow partizipativ eingebunden, um eine bestmögliche Teilnahme an der Fachweiterbildung gewährleisten zu können. Innerhalb des Projektes wurde

Die Selbstfürsorge der Mitarbeitenden wird gezielt gefördert.

somit ein **Konzept zur Umsetzung** und ein **Modulhandbuch** beziehungsweise Curriculum ausgearbeitet. Derzeit beantragt der QVNIA e. V. ein Anschlussprojekt, um die Fachweiterbildung in der Praxis qualitätsgesichert zu erproben.

FORTBILDUNGEN SIND UNERLÄSSLICH

Um die Kompetenzen von Pflege- und Betreuungskräften der Pflegeeinrichtungen zu fördern, fokussiert der QVNIA e. V. das Thema Gesundheitsförderung stärker im jährlichen Fortbildungsprogramm, mit einem besonderen Schwerpunkt auf den psychosozialen Bereich. Das Fortbildungsprogramm umfasst sowohl konkrete Maßnahmen als auch die Gestaltung einer gesundheitsfördernden Umgebung und eines unterstützen-

den Umgangs für und mit Pflegebedürftigen. Zudem wird die Selbstfürsorge der Mitarbeitenden gezielt gefördert.

Die Zusammensetzung der einzelnen Module orientierte sich an evidenzbasierten Maßnahmen zur Förderung der psychosozialen Gesundheit von Pflegebedürftigen, wie zum Beispiel

- » das Anbieten von sinnhafter Beschäftigung
- » das Trainieren von kognitiven Fähigkeiten und
- » das Wissen über digitale Anwendungen der Gesundheitsförderung, wie Exergames.

Die Fortbildungen finden qualitätsgesichert einrichtungsübergreifend statt, um eine Vernetzung der Pflege- und »»

»» Betreuungskräfte aus verschiedenen Pflegeeinrichtungen zu erreichen. Dadurch kann zusätzlich zur Wissensvermittlung ein Austausch untereinander stattfinden.

sichert erprobt und andererseits sollen weitere praxisorientierte gesundheitsförderliche Maßnahmen ausgearbeitet werden. Der multimodale Praxisleitfaden bietet Pflegeeinrichtungen einen

Umsetzung geplant. Für die Auswahl geeigneter partizipativer Methoden für die Methodenkoffer wurde sowohl eine aktualisierende Recherche als auch langjährige Vorarbeiten vom QVNIA e. V., im Bereich der Erprobung von partizipativen Methoden mit diesen Zielgruppen, genutzt. Diese wurden vom QVNIA e. V. in Pflegeeinrichtungen in Pankow mit Fokus auf das Handlungsfeld der psychosozialen Gesundheit erprobt und anschließend zur eigenständigen Umsetzung aufbereitet. Entstanden sind drei Methodenkoffer mit Arbeitsmaterialien, wie zum Beispiel ein Moderationsleitfaden, Moderationskarten und Analyseinstrumente, womit die Pflegeeinrichtungen Partizipation in den Einrichtungen umsetzen können.

Zwei der drei Methodenkoffer richten sich an Mitarbeitende von Pflegeeinrichtungen und unterstützen partizipative Entscheidungsfindungen sowohl teamintern, wie zum Beispiel auf einem Wohnbereich als auch teamübergreifend, wie zum Beispiel über mehrere Wohnbereiche hinweg.

Ein weiterer Methodenkoffer zur Partizipation für Pflegebedürftige und deren An- und Zugehörige wurde entwickelt.

Die Fortbildungen finden qualitätsgesichert einrichtungsübergreifend statt.

Die Fachweiterbildung für Führungs- und Leitungskräfte in der Pflege und die modularen Fortbildungen bieten eine fundierte Qualifizierung, um gesundheitsfördernde Maßnahmen sowie eine nachhaltige und partizipative Organisationsentwicklung erfolgreich in Pflegeeinrichtungen umzusetzen.

PSYCHOSOZIALE GESUNDHEIT STÄRKEN

Zur praxisorientierten Unterstützung in der Umsetzung des Gesundheitsförderungsprozesses in Pflegeeinrichtungen wurde ein erster **multimodaler Praxisleitfaden** entwickelt.

Dieser Praxisleitfaden enthält konkrete literaturgestützte Verhaltensmaßnahmen, die darauf abzielen, die psychosoziale Gesundheit von Pflegebedürftigen gezielt zu fördern. Dabei wird die Vielfalt der Pflegebedürftigen sowie ihre Lebenswelt berücksichtigt. Das entwickelte Angebot wurde in enger Zusammenarbeit mit den Pflegeeinrichtungen in Pankow abgestimmt, um eine niederschwellige Anwendung zu gewährleisten.

Dabei können die Anwendenden einen zu fördernden Bereich der psychosozialen Gesundheit auswählen, wie zum Beispiel Sinneserfahrung über sensorische Verfahren, und sich dazu passend konkrete Angebote mit Ablaufbeschreibung und Arbeitsvorlagen herausuchen, um diese in Ihrer Praxis umsetzen zu können. Dieser Praxisleitfaden soll einerseits zukünftig qualitätsge-

Überblick sowie eine praxisorientierte Anleitung zu gesundheitsförderlichen Angeboten, die der Stärkung der psychosozialen Gesundheit dienen können.

ALLE BETEILIGTEN PARTIZIPATIV EINBINDEN

Die **aktive Teilhabe** von Mitarbeitenden und Pflegebedürftigen ist entscheidend für eine nachhaltige, gesundheitsfördernde Organisationsentwicklung. Sie spielt eine zentrale Rolle bei der gezielten Umsetzung von bedarfs- und bedürfnisgerechten gesundheitsförderlichen Maßnahmen. Zudem trägt eine Beteiligung von Personen wesentlich zur

Förderung der Selbstbestimmung bei. Aus diesen Gründen ist die **Einbeziehung von Mitarbeitenden und Pflegebedürftigen** der Pflegeeinrichtungen in Pankow auch im Kompetenz-GLP Projekt von besonderer Bedeutung.

Vom QVNIA e. V. wurden insgesamt drei „**Methodenkoffer zur Partizipation**“ für das Handlungsfeld der psychosozialen Gesundheit entwickelt, konzipiert und qualitätsgesichert erprobt. Zukünftig ist eine selbständige

Das Projekt qualifiziert Führungskräfte für Prävention und Gesundheitsförderung.

WAS BETEILIGTE SAGEN

Mitarbeiterin einer Pflegeeinrichtung: „*Es war sehr aufschlussreich zu sehen, was wir als Einrichtung eigentlich schon alles unternehmen, um die psychosoziale Gesundheit zu fördern, was ich als Einzelne dazu beitrage und das ich mitentscheiden kann, was wir noch fördern sollten.*“

Pflegebedürftiger einer Pflegeeinrichtung: „*Das mich die Einrichtung hier ganz konkret fragt, wie es mir psychisch*



Foto: WernerKrüper

Eine Altenpflegerin aktiviert mit einem Stück Seife den Geruchssinn eines Bewohners.

geht, finde ich gut. Vor allem, dass ich persönliche Ideen einbringen konnte, die mir helfen, mich hier noch wohler zu fühlen, beeindruckte mich.“

NACHHALTIGKEIT VERANKERN

Durch das Projekt Kompetenz-GLP konnte für Pflegeeinrichtungen eine nachhaltige Basis zur Gesundheitsförderung von Pflegebedürftigen sowie Bausteine und Instrumentarien zur Unterstützung des Gesundheitsförderungsprozesses und der Organisationsentwicklung geschaffen werden.

So konnten konkrete verhaltens- und verhältnispräventiven Maßnahmen zur Förderung der Gesundheitskompetenz und der Partizipation zur Förderung der psychosozialen Gesundheit konzipiert und umgesetzt werden. In einem Folgeprojekt soll die Qualifizierung als „Fachkraft für Prävention und Gesundheitsförderung in der Lebenswelt Pflege“ umgesetzt und die Methodenkoffer zur Partizipation für weitere Pflegeeinrichtungen zur Verfügung gestellt werden. Weiterhin soll der Praxisleitfaden mit weiteren konkreten Maßnahmen ausgebaut werden.

Zusammenfassend lässt sich sagen: Eine erfolgreiche Gesundheitsförderung in Pflegeeinrichtungen steht und fällt mit drei wesentlichen Elementen. Zum einen benötigen die Einrichtungen eine **kontinuierliche fachliche Begleitung**, die sie unterstützend durch den Prozess

führt. Zum anderen sind konkrete, **praxisorientierte Arbeitshilfen** unverzichtbar, um gesundheitsförderliche Maßnahmen im Alltag tatsächlich umsetzen zu können. Schließlich bedarf es gezielter **Qualifizierungen des Personals**, damit Gesundheitsförderung nicht nur kurzfristig implementiert, sondern nachhaltig verankert und partizipativ gestaltet werden kann. <<<

FAZIT

>> 1.

Das Projekt qualifiziert Führungskräfte und Pflegepersonal durch modulare Fortbildungen.

>> 2.

Ein multimodaler Praxisleitfaden unterstützt Pflegeeinrichtungen mit konkreten Anleitungen.

>> 3.

Drei „Methodenkoffer zur Partizipation“ ermöglichen die aktive Einbindung von Mitarbeitenden und Pflegebedürftigen.

MEHR ZUM THEMA

Die unterschiedlichen Facetten der Unternehmensentwicklung sind ein wesentlicher Teil der **Altenpflege-Kongresse**. Dr. Mercedes Stiller zeigt, „Wie wir erfolgreiche Führungskräfte befähigen“: 3./4. Februar 2026: Leipzig, 25./26. Februar: Hamburg, 12./12. März: Köln. Das gesamte Programm und Anmeldung: <http://ap-kongress.de>

megacom
 ein deutscher Hersteller für
Pneumatikschalter
 kompatibel mit fast allen
 Schwesternrufanlagen.
Info unter 04191/9085-0
www.megacom-gmbh.de