HS Gesundheit BOCHUM

CHK COMMUNITY HEALTH KONFERENZ BOCHUM

# Abstract | 6. Community Health Konferenz

| **Titel** |
| --- |
| **„Unsere kleine Farm“** |
| **Autor*innen** |
| Schwarz A., Wiefel K. |
| **Institution** |
| Seniorendienste Niederrhein |

Gesundheitsförderung und Prävention spielen auch im Alter und in stationären Pflegeeinrichtungen eine große Rolle. Nicht ohne Grund gibt der entsprechende GKV Leitfaden nach § 5 SGB XI mehrere Handlungsfelder vor. Das durch den Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek) in Nordrhein-Westfalen geförderte Projekt „Unsere kleine Farm“ widmet sich deswegen der Ernährung, körperlichen Aktivität und psychosozialen Gesundheit, indem es den Lebensraum Natur für gesundheitsförderliche Impulse nutzt und die Fragestellung beleuchtet, auf welche Weise bei Bewohnenden positive Verhaltensänderungen hervorgerufen und gefestigt werden können.

Zur Förderung der kognitiven und körperlichen Gesundheit der Bewohnenden werden positive Effekte der Tier- und Pflanzenwelt, wie z.B. Entspannung und Aktivierung, genutzt. Hierzu werden in fünf Einrichtungen der AWO Seniorendienste Niederrhein gGmbH unter anderem Tiere gehalten und Gärten angelegt. Unter fachlicher Begleitung aus den Bereichen Ökotrophologie, Gartentherapie, Psychotherapie und Physiotherapie werden partizipativ niederschwellige Gruppen- und Einzelangebote für die Bewohnenden und ihre Zugehörigen konzipiert. Unter Einbindung der Kommunen sowie Personen und Institutionen aus den jeweiligen Quartieren, wird das Ziel verfolgt, in den beteiligten Einrichtungen und deren Umfeld Aspekte zur Prävention und Gesundheitsförderung zu etablieren und die Menschen in den Einrichtungen durch Verhaltens- und Verhältnisänderungen zu stärken.

Die wissenschaftliche Evaluation erfolgt durch Hochschule für Gesundheit in Bochum (HSG).

Schon nach kurzer Zeit wurden positive, gesundheitsfördernde Auswirkungen auf das Verhalten der Bewohnenden und Mitarbeitenden festgestellt: eine Steigerung der körperlichen Aktivität, die Aktivierung der kognitiven Fähigkeiten, eine Verbesserung des sozialen Miteinanders sowie ein Bewusstsein für eine gesündere Ernährung. Die Motivation der Menschen, sich aktiv oder passiv im Garten und in der Gegenwart der Tiere aufzuhalten, geht zudem weit über die durchgeführten Angebote hinaus.

Der Benefit des Projektes ist eindeutig. Entscheidend wird nun sein, Nachhaltigkeitseffekte zu erzielen, indem die Erfahrungen der Einrichtungen gebündelt und mit Hilfe der Expert*innen in einem Multiplikator*innenkonzept und Leitfaden abgebildet werden. Als Multiplikator*innen, die das Wissen weitergeben können, werden neben den Bewohnenden und Fachkräften der Einrichtungen auch die Angehörigen sowie weitere Interessierte verstanden.