

Das settingspezifische biopsychosoziale Analyse- und Beratungsprojekt BaSAlt – Organisations- und Individualberatung in vollstationären Pflegeeinrichtungen

Daniel Haigis^{2,5}, Rebekka Pomiersky^{1,5}, Lea-Sofie Hahn^{1,5}, Leon Matting^{1,5}, Gerhard W. Eschweiler³, Andreas M. Nieß^{2,5}, Gorden Sudeck^{1,5}, Annika Frahsa⁴ & Ansgar Thiel^{1,5}

¹ Institut für Sportwissenschaft, Eberhard Karls Universität Tübingen, ² Abteilung Sportmedizin, Universitätsklinikum Tübingen, ³ Zentrum für Geriatrische Medizin, Universitätsklinikum Tübingen, ⁴ Institut für Sozial- und Präventivmedizin, Universität Bern (CH), ⁵ Interfakultäres Forschungsinstitut für Sport und körperliche Aktivität Tübingen

Schlüsselwörter: Bewegungsförderung, Beratungskonzept, vollstationäre Pflegeeinrichtung

Einleitung

Mangelnde körperliche Aktivität von Bewohnenden in vollstationären Pflegeeinrichtungen kann zu einer verringerten körperlichen Leistungsfähigkeit und zum erhöhten Pflegebedarf führen. Ungeklärt ist bislang, wie Bewegungsverhalten von Bewohnenden der vollstationären Pflege unter Berücksichtigung ihrer individuellen, sozialen und umweltbezogenen Voraussetzungen gefördert werden kann. Dieser Beitrag des *BaSAlt-Projekts* stellt einen partizipativen, integrierten Beratungsansatz auf organisationaler und individueller Ebene vor (Thiel et al., 2021).

Methode

Auf organisationaler Ebene werden jeweils zwei Zukunftswerkstätten in den teilnehmenden Einrichtungen durchgeführt. Basierend auf der *Disney-Methode* wird gemeinsam mit Leitung, Mitarbeitenden und Bewohnenden ein bedarfs- und bedürfnisgerechter einrichtungsspezifischer Maßnahmenkatalog entwickelt. Eine Erfolgsdefinition erfolgt durch das *Goal Attainment Scaling*; die Maßnahmenumsetzung wird ebenfalls dokumentiert. Die Individualberatung in Anlehnung an das 5A-Konzept orientiert sich an den individuellen Möglichkeiten und Bedürfnissen zur Bewegung und körperlicher Aktivität von Bewohnenden. Es erfolgen zwei Beratungstermine, wobei im ersten Termin ein Bewegungsplan erstellt und im zweiten Termin die Umsetzung dessen evaluiert und reflektiert wird.

Ergebnisse und Diskussion

Um Bewegungsförderung nachhaltig in der Organisation verankern zu können, müssen Maßnahmen auf der organisationalen und individuellen Ebene greifen. Dabei sind die Zusammenarbeit mit und die Betreuung von Akteuren vor Ort eine Voraussetzung für eine erfolgreiche Durchführung des Projekts.

Literatur

Thiel, A., Sudeck, G., Niess, A., Eschweiler, G.W., Altmeier, D., Haigis, D., Pomiersky, R., Schmid, J., Frahsa, A. (2021). BaSAlt — A mixed-methods study protocol on setting-based physical activity promotion and counseling in nursing homes. *Contemporary Clinical Trials Communications*, 23, <https://doi.org/10.1016/j.conctc.2021.100828>