


„JAKOBI BEWEGT DICH“

 DIGITALE GESUNDHEITSFÖRDERUNG FÜR
BEWOHNER/INNEN & MITARBEITENDE



Dieses Projekt ist ein
handgefertigtes
Einzelstück, kleine
Abweichungen vom Ziel
lassen sich nicht
vermeiden und sind sogar
erwünscht.

VORGESTELLT VON:
ASTRID STUKENBROCK (PROJEKTLEITUNG) &
SILKE BEERNINK (GESCHÄFTSFÜHRUNG)

*Dieses Projekt wird
gefördert durch die:*



**Stiftung
Wohlfahrtspflege
NRW**



das



sagt DANKE!!! 😊



JAKOBI-SENIORENZENTRUM RHEINE

144 stationäre Pflegeplätze

51 Seniorenwohnungen

700 Mitarbeitende





EVANGELISCHE PERTHES-STIFTUNG E.V. MÜNSTER



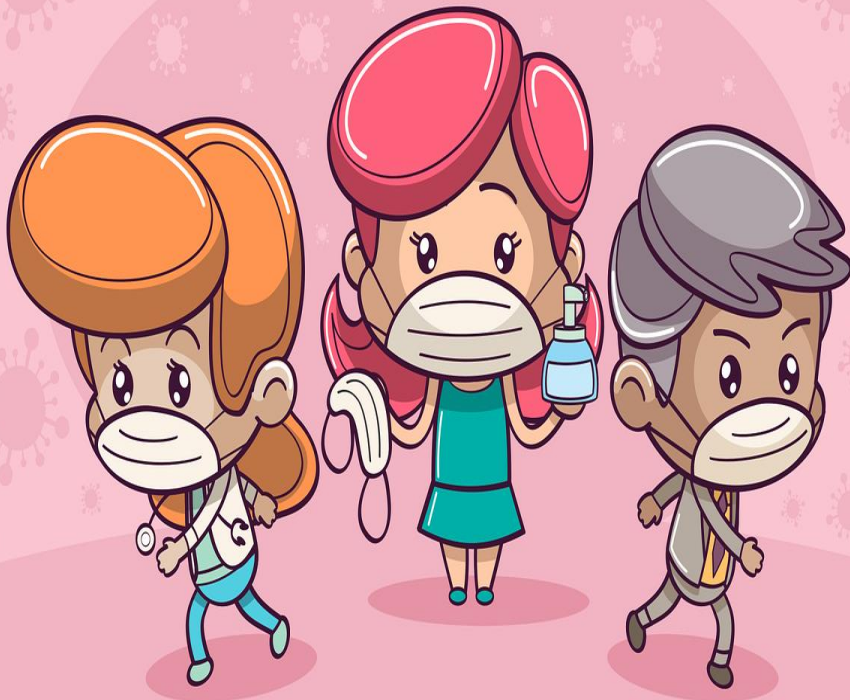
Unser Hauptgesellschafter ist die evangelische Perthes-Stiftung e.V.: ein Träger diakonischer Einrichtungen und Angebote.

Westfalenweit begleiten wir Menschen im Alter, Menschen mit Behinderung, Menschen in besonderen sozialen Schwierigkeiten, Menschen mit Suchterkrankungen und Menschen in ihrer letzten Lebensphase.



WARUM SIND WIR DABEI? AUSGANGSPUNKT DER BEWERBUNG

*Viele sind total im Stress
in der Pflege!*



*Ende 2019 starteten wir
mit BGM/ BGF[★] im Zentrum,
die Corona Pandemie hat
dieses Projekt gestoppt.*

*Im Sommer 2020 über-
legten wir auf Führungs-
ebene, was wir tun könnten...
und zwar sowohl für das
TEAM als auch für die
BEWOHNER/INNEN...*



IDEEN ZU: „JAKOBI BEWEGT DICH“

DIGITALPROJEKT IM BEREICH GESUNDHEITSFÖRDERUNG/ ANGEBOTE FÜR DAS TEAM & BEWOHNER/INNEN

Schulungen Team

Digitale Betreuung
Bewohner

Bewegungsräume für alle

Steuerkreis!

Ausstattung Zentrum
mit wlan

Mehr körperliche Aktivierung für
beide Zielgruppen

Apps Bewohner/innen:
zB Spiele (Auguste App)

Gesundheitsportal/
webseite

Tablets für
Bewohner & Team

Poster, Flyer
gestalten

Gesundheitsapps Team

Videobibliothek Bewohner/innen:
Bewegung, Gehirntraining, „Seele“



PROJEKTZIEL: MEHR GESUNDHEITSKOMPETENZ FÜR ALLE & START DIGIT 2.0!

„Die digitalen Möglichkeiten und die damit einhergehende Transformation wird in Zeiten des Fachkräftemangels entscheidend die Zukunftsfähigkeit des Pflegebereiches prägen.“

„Digitale Gesundheitsförderung schafft einen spürbaren Mehrwert für Mitarbeitende.“

„Die digitalen Betreuungsoptionen für Bewohner/innen könnten die Pflege 365/24 entlasten.“

Astrid Stukenbrock, Sportwissenschaftlerin, M.A./
Projektleitung



MEILENSTEINE IM PROJEKT



- ✓ *Bildung eines Steuerkreises auf Führungsebene, der 1x pro Monat tagt*
- ✓ *Technische Ausrüstung der Einrichtung mit wlan-Zugang, (18) Tablets & (3) smart TVs*
- ✓ *Erstellung eines Gesundheitsportals für beide Zielgruppen/ körperliche Bewegungsangebote*
- ✓ *Bespielung der Tablets mit Apps & Co, beide Zielgruppen*
- ✓ *Schulung der Mitarbeitenden (90% erreicht)*
- ✓ *Digitale Betreuung der Bewohner/innen (verankert im Wochenplan)*



Zielgruppe 1: IDEEN FÜR
DAS TEAM 😊!



BLOG/ WEBSITE



Jakobi bewegt dich

Willkommen



auf dem Gesundheitsportal des Jakobi-Seniorenzentrums Rheine

Hier gibt es immer wieder neue und spannende Beiträge sowie gesundheitsförderliche Anregungen und Informationen.

Viel Freude beim Mitmachen wünscht,

A. Stukenbrock

Astrid Stukenbrock, Sportwissenschaftlerin, M.A. / Projektleitung

Mehr über das Projekt und mich >>

Team

Bewohner:innen



11:44 Do, 17. März

Jakobi bewegt dich



Weiterlesen >



Der Kopf ist rund, damit das Denken die Richtung wechseln kann

Was sind deine Potentiale und Ressourcen?

Weiterlesen >

Tödliches Quartett – das metabolische Syndrom

und was Zucker damit zu tun hat

Weiterlesen >



EAT SMARTER



Jakobi bewegt dich

Gesundheit! Danke.



ICH. DU. WIR. Gemeinsam in die Zukunft.
Was ist für dich Gesundheit? Wann fühlst du dich wohl mit dir und mit anderen? Was brauchst du dafür? Gesundheit ist weit mehr als die Abwesenheit von Krankheit. Erfahre auf dieser Seite mehr über die Facetten von Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und Lebensqualität. Was tust du für dich?

Gesundheitsförderung in der und für die Pflege

Los geht's!

Übungen für alle

Poster & Co



Das Leben ist kein langer ruhiger Fluss.

Gesundheitsförderung
für Dich!

www.jakobi-bewegtdich.de



Leuchttürme leuchten hell und weit.

Gesundheitsförderung
für Dich!

www.jakobi-bewegtdich.de

ICH. DU. WIR.

Gemeinsam in die Zukunft. Was ist für dich Gesundheit?
Wann fühlst du dich wohl mit dir und mit anderen?
Was brauchst du dafür?



Gesundheitsförderung und -management
im Jakobi-Seniorenzentrum Rheine

JAKOBI
seniorenzentrum

Finanziert und gefördert durch
Stiftung Wohlfahrtspflege NRW



Gesundheit! Danke!

Gesundheitsförderung
für Dich!

www.jakobi-bewegtdich.de



Lieber Wellen genießen oder im Stau stehen?

Gesundheitsförderung
für Dich!

www.jakobi-bewegtdich.de



TEAMTANKSTELLEN!



„Tankstellen im Zentrum“ → farblich markierte Zonen mit kurzen Übungen (auf Postern) aus den Bereichen Bewegung, Achtsamkeit,...



Kleine Rituale zum Auftanken

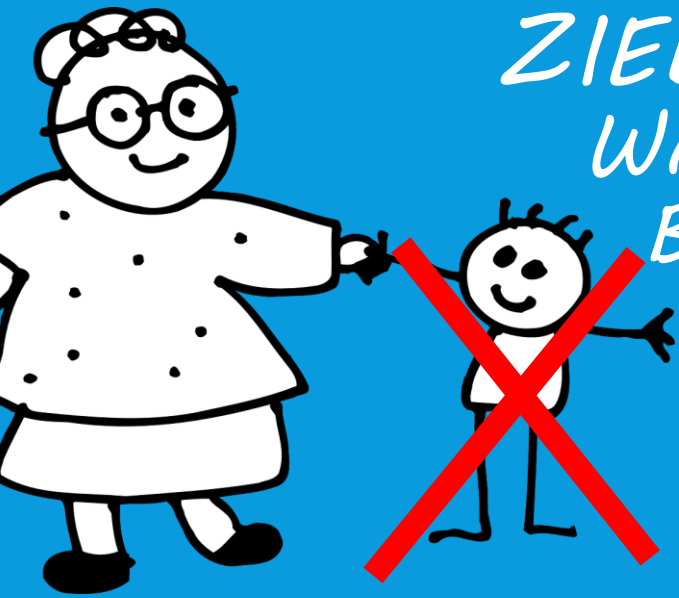


Schaffen „Pausenkultur „to go“.



Entspannen Körper & Geist

ZIELGRUPPE 2: WAS KÖNNEN WIR FÜR DIE BEWOHNER/INNEN TUN?



Pandemiebedingt:

~~Besuche~~

~~Wohnbereichs-
übergreifende
Angebote~~

~~Soziales Miteinander~~





BLOG BEWOHNER/ INNEN: KLEINE VIDEOS MIT BEITRÄGEN



Willkommen

auf dem Gesundheitsportal des Jakobi-Seniorenzentrums Rheine

Hier gibt es immer wieder neue und spannende Beiträge sowie gesundheitsförderliche Anregungen und Informationen.

Viel Freude beim Mitmachen wünscht,

A. Stukenbrock

Astrid Stukenbrock, Sportwissenschaftlerin, M.A. / Projektleitung

Mehr über das Projekt und mich >>




- Team
- Bewohner:innen**



*Geschützter log in
für Bewohner/ innen*

*In Planung:
kurze Videos*

Jakobi bewegt dich

| | | |
|---|--|--|
|  |  |  |
| Für den Körper Bewegung ein Leben lang! | Für den Kopf Denken endet nicht mit 60! | Für die Seele Balsam für die Seele! |

FARBKONZEPT MIT AKTIVFLÄCHEN FÜR BEWOHNER/INNEN (IN PLANUNG)



Das war am Anfang gar nicht angedacht, die Idee hat sich erst Ende des Projekts gezeigt! TOLL!



Aktivfläche ist mit abwischbarer Oberfläche/ magnetisch

Angebote zB: Rätsel lösen, Übungen Auge-Hand-Koordination, Düfte raten, Sprüche vervollständigen, leichte Gleichgewichtsübungen mit Rollator, Spiele zu Zweit, Tablet mit Wandhalterung denkbar, Geschichten,... vielleicht auf dem Weg zum Essen oder mit Angehörigen machen?!

In Kooperation mit BRILLUX GmbH & Co KG, vielen Dank!

TABLETS & AKTIVFLÄCHEN FÜR DIE BEWOHNER/ INNEN



Die Betreuungsassistenten haben in einer Ganztageschulung die Möglichkeiten der Tablets kennengelernt und sind erste Ansprechpersonen für die Bewohner/innen.

In Planung: „Digital Tag“ für die Angehörigen (Umgang mit Tablets), in Kombination mit den „Aktivflächen“ entstehen so mehr Beschäftigungsmöglichkeiten.





DAS IST DRIN ...FÜR DIE BEWOHNER/ INNEN!

App „Auguste“ (Gehirntraining)
„You tube“/ „Google earth“/
Internetzugang,...

Blog:

Bewohner/innen log in Bereich
Gehirntraining/ Bewegung/ „Seele“
(kurze Videos, in Planung)



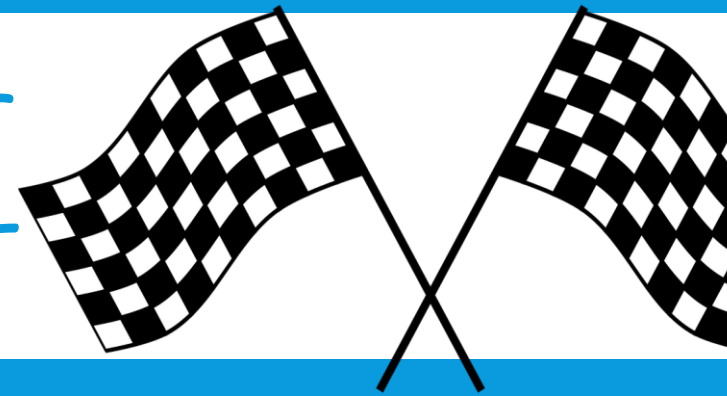
EVALUATION: WIE LASSEN SICH VERÄNDERUNGEN/ ERFOLGE MESSEN? -1-

Normalerweise durch eine IST- und RE-Analyse, z.B. über Befragungen, das sprengte in diesem Projekt den Rahmen.

Wahrnehmung: die Führungsebene & das Team ist sensibler für das Thema Gesundheit geworden, es werden z.B. vor Meetings Bewegungsübungen gemacht, 90% des Teams haben an den Schulungen teilgenommen (98% Bewertung Note 1); viele haben sich Apps downloaded; es gibt ein Fortbildungsprogramm, ein webportal und eine Präventionsberatung. Der Steuerkreis macht hervorragende Arbeit.



WORAN BEMISST SICH ERFOLG? -2-



Internet im ganzen Haus,
smart TVs werden u.a. für Fortbildungen genutzt.

Die Aktivflächen & das Farbkonzept sind in Arbeit, der Bewegungsraum ebenso, digitale Angebote sind im Wochenplan verankert. Die Bewohner verlieren die Scheu vor dem „Internet“ und nutzen die Tablets mehr und mehr.

Der Arbeitgeber wird attraktiver wahrgenommen, Bewerber/Innen finden das Projekt interessant.



GELINGENDE FAKTOREN FÜR NACHHALTIGKEIT

Digitale Angebote müssen eine Verbindung zu „analoger Ansprache“ haben sonst verpufft es, dazu braucht es „Kümmerer“/ Koordinierungsstellen!

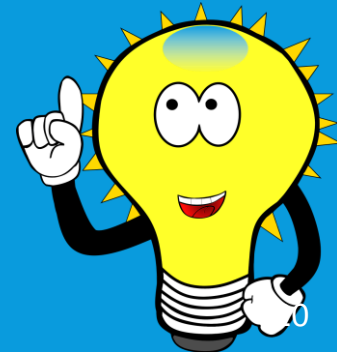
Vorbildfunktion der Verantwortlichen ist ein zentraler Faktor!

Weiteres erfolgreiches Implementieren gelingt nur dann, wenn das Thema immer wieder offensiv beworben und angeregt wird: dazu braucht es Ressourcen und Expertentum!

Refinanzierung manpower und Sachmittel sollte geklärt werden!

IT Kompetenz Team sollte geschult werden!

Vernetzung der Akteure sollte vorangetrieben werden!





GUTE NAVIGATION?! ~~HEMMEND...~~ FÖRDERLICH...

...ist, wenn ein Steuerteam mit enger Begleitung durch Experten/innen vorhanden ist!

...sind Zeit-/ Personalressourcen und ein „Kümmerer“!

...ist vorhandenes Digitales know how und Internet!

...ist, wenn das Team eingebunden wird und (digitale) Verantwortlichkeiten da sind!



Akzeptanz von „Neuem“
gelingt nur durch eine gesunde
Führungskultur, Wertschätzung, offene
Kommunikation und Teamspirit.
Das sind Themen und Arbeitspakete im
STEUERKREIS!





*Wichtigstes Instrument für die nachhaltige
Implementierung von Gesundheitsförderung ist
der*

STEUERKREIS AUF FÜHRUNGSEBENE

Moderiert durch eine(n) Gesundheitsexperten/in!



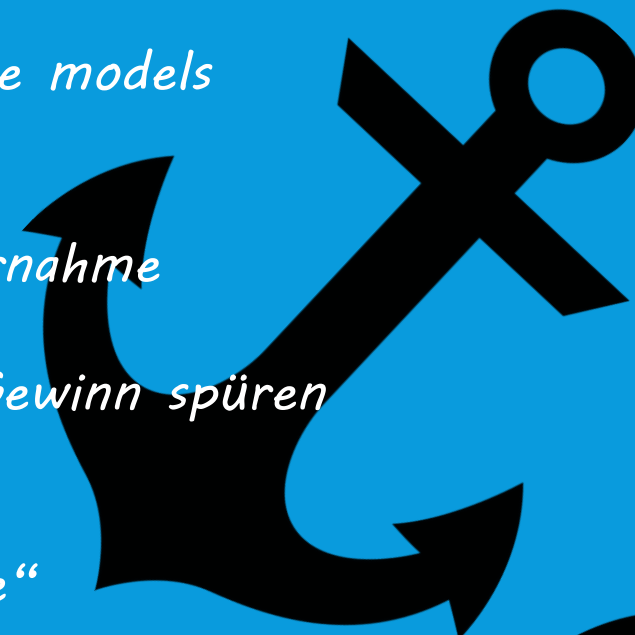
WAS BRAUCHT ES FÜR EINE NACHHALTIGE VERANKERUNG?

Relevante Akteure/innen:

- Steuerkreis, Moderation, Projektleitung*
- (externe) Experten/Innen: Gesundheit, IT, Organisationsentwicklung*
- Vernetzung mit externen Akteuren/innen*
- Lernen von „anderen“ zulassen - best practise models*

Und:

- Partizipation des Teams/ Verantwortungsübernahme*
- Begeisterung für das Thema „Gesundheit“*
- Menschen (alt & jung) müssen persönlichen Gewinn spüren*
- Ressourcen (Zeit & manpower)*
- kreative (Re)finanzierungsmodelle*
- höhere Attraktivität des Arbeitgebers „Pflege“*
- dazu Visionswerkstatt „Pflege“?!*



WAS MÜSSEN WIR LOSLASSEN- DAMIT ES GUT IN DIE ZUKUNFT GEHT?

Wir möchten uns noch mehr mit unseren Prozessen und Strukturen beschäftigen und SOLL und IST abgleichen- hier kann uns BGM/ BGF sehr helfen. Wir können uns mit mutigen Schritten kleine Zeitfenster schaffen, die wir dann für unsere „Gesundheit am Arbeitsplatz“ nutzen könnten.



*Wir wachsen als Team zusammen!
Der Einzelne wird gesundheitskompetenter!*

Wir werden als Arbeitgeber attraktiver!

Wir tun etwas gegen hohe Krankenstände!

Wir haben jetzt eine VZ Stelle BGM/ BGF im Unternehmen!



MUT TUT GUT 😊!

WAS GEWINNEN
WIR ALS TEAM?

GEWINNE DER BEWOHNER/INNEN

24/7 Betreuungsmöglichkeiten (apps,
individuelle Vorlieben), Einbindung
Angehörige!?

W-lan Zugang
(Vorbereitung auf die Zukunft: Telemedizin?!)

Höhere Kompetenz der Mitarbeitenden mit
Schwerpunkt in der Betreuung auf
Mobilitätsübungen, Sturzprophylaxe,
kognitivem Training,...

Aktivflächen im Haus sorgen für Abwechslung.



EINE KLEINE IDEE WIRD

EINE GROSSE IDEE

WENN DU SIE FREILÄSST

Bildnachweise

Alle verwendeten Bilder: Pixabay (lizenzfreie Bilder) DANKE!

Außer:

Folie 2: Logos mit freundlicher Genehmigung der Stiftung Wohlfahrtspflege NRW und Jakobi-Seniorenzentrum Rheine gGmbH

Folie 4: screenshot Unternehmensseite © Evangelische Perthes-Stiftung e.V., Münster

Folie 10: screenshots webportal „jakobi-bewegtdich“, © Astrid Stukenbrock

Folie 11: screenshots Werbematerial zum Projekt, © Astrid Stukenbrock

Folie 14: screenshots webportal „jakobi-bewegtdich“, © Astrid Stukenbrock

Folie 15: mit freundlicher Genehmigung von Brillux GmbH & Co. KG, Münster ©





Vielen Dank für Ihr Interesse 😊!

Astrid Stukenbrock & Silke Beernink
Kontakt: astrid.stukenbrock@perthes-stiftung.de