



Tagespflege-Leiterin Maresa Theis (l.) mit Gesundheitsmanagerin Jasmin Kunz.



Beim Seniorenfrühstück des Ortsvereins.

## Bewegung – Ein zentraler Baustein in der DRK-Tagespflege

**Celle** Regelmäßige Übungen, die dem Erhalt der Beweglichkeit dienen, sind dank des Präventionsprogramms „Bewegte Tagespflege“ der Gesundheitskasse IKK classic zu einem festen Bestandteil des Alltags der DRK-Tagespflegereinrichtung in Hermannsburg geworden.

„Über ein Jahr haben wir an dem Projekt teilgenommen, und nun sind wir zertifiziert worden“, freut sich die Leiterin Maresa Theis, die das Zertifikat aus den Händen der Gesundheitsmanagerin der IKK classic Jasmin Kunz entgegennahm.

Das Programm „Bewegte Tagespflege“ wurde von der IKK classic in Kooperation mit der Hochschule Esslingen entwickelt. Es verbindet gezielte Bewegungsförderung mit alltäglichen Aktivitäten, wie sie auch im eigenen Haushalt der Gäste vorkommen. Durch diesen Ansatz lassen sich zahlreiche positive Effekte erzielen. Dies gilt sowohl für die Selbstständigkeit der Tagespflegegäste als auch für die Arbeitszufriedenheit der Mitarbeitenden. Ziel ist es, die Menschen zu ermutigen, selbst aktiv zu bleiben und ihre Fähigkeiten zu erhalten, um ihnen einen möglichst langen, eigenständigen und aktiven Verbleib in der Häuslichkeit zu ermöglichen.

„Bewegung bedeutet für die Gäste in der Tagespflege vor allem eines: ein Stück Lebensqualität und Selbstständigkeit im Alltag zu erhalten. Unser Programm zeigt, dass Aktivierung und Fürsorge Hand in Hand gehen können“, erläutert Gesundheitsmanagerin Jasmin Kunz.

Anke Schlicht

## Fragen und Antworten zum Thema Pflege beim Seniorenfrühstück

**Harburg-Land** Beim monatlichen Seniorenfrühstück des DRK-Ortsvereins Brackel/Thieshope gab es zuletzt viel zu lernen. Elfi Köhler-Fois, Fachbereichsleiterin Pflege beim DRK-Kreisverband Harburg-Land, stand Rede und Antwort zu allen Fragen rund um das Thema Pflegebedürftigkeit: Was beinhaltet der Pflegegrad 1 und wie kann ich ihn beantragen? Gibt es Hilfen?

Mit den Angeboten des Pflegestützpunktes in Winsen sowie des Pflegedienstes ist das DRK im Landkreis bestens für diese Fälle aufgestellt. Aber auch Seniorenwohngemeinschaften als stationäre Pflegeeinrichtung sowie betreutes Wohnen im DRK-Zentrum in Hanstedt bieten Möglichkeiten, etwaigen Herausforderungen des Alters zu begegnen.

Ebenfalls wurden den Teilnehmenden die Rotkreuzdosen nahegebracht: Im Falle eines medizinischen Notfalls findet der Rettungsdienst diese im Kühlschrank vor anhand von Aufklebern an Wohnungs- und Kühlschranktür. Darin befindet sich ein Formular, auf dem Gesundheitsdaten und Medikation des Patienten vermerkt sind – eine simple Vorsorgemaßnahme, die im Fall der Fälle Leben retten kann.

Das Seniorenfrühstück findet an jedem ersten Dienstag im Monat im Gemeinschaftshaus Brackel statt und stellt ein zentrales Angebot für die Seniorinnen und Senioren vor Ort dar. Außerdem besucht der Ortsverein Mitglieder ab 80 Jahren zu ihrem Geburtstag – mit Freude, Blumen und Zeit.

Andrea Dube