



Lessons learned - Tipps für kommende Projekte

Netzwerkbildung als Schlüssel (?)

Ein vorhandenes Netzwerk ist sehr hilfreich, um die gewünschte Zielgruppe zu erreichen. Das Netzwerk während eines bestehenden Projektes auszubauen erfordert jedoch sehr viel Zeit und Ressourcen. Dies sollte bereits während der Projektplanung bedacht werden.

Die Ansprache macht's

Begriffe wie Persönlichkeitsstärkung, Selbstbehauptung und Entspannung sind insbesondere für Kinder und Jugendliche deutlich ansprechender als Resilienz und Achtsamkeit.

Sich nicht aus der Ruhe bringen lassen

Unvorhersehbare Krisen können den Projektzeitplan schon mal aus der Bahn werfen. Dies kann jedoch auch positiv genutzt werden. Spontane Änderungen im Projekt erweisen sich hin und wieder als die Besten.

PFAU - PRIMÄRPRÄVENTIVE FAMILIENGESUNDHEIT UNTERSTÜTZEN

Projekt zur Resilienzförderung bei Familien mit chronisch kranken Kindern abgeschlossen

Die Beratungsstelle für Kinder- und Jugendliche mit chronischen Erkrankungen (BKJE) hat vom 01.11.2021 bis 31.01.2024 das Projekt „pFau – primärpräventive Familiengesundheit unterstützen“ durchgeführt. Ziel war es, ein Konzept für ein Präventionsangebot für die betroffenen Familien und Alleinerziehenden zu erarbeiten und dessen nachhaltige Umsetzung zu ermöglichen.



Bedarfe analysieren

Familien mit chronisch kranken Kindern benötigen ein besonders hohes Maß an Resilienz, um ihren Alltag zu meistern. Dies hat die Befragung von involvierten Familien und Expert:innen bestätigt. Die Analyse bildete die Grundlage für Resilienzkurse für Eltern und Kinder.

Nachhaltigkeit

Das Projekt wurde von Anfang an so geplant, dass die Projektergebnisse langfristig in die Arbeit mit Familien, in denen ein Kind chronisch erkrankt ist, einfließen können. Deshalb haben sich die Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle BKJE als Resilienztrainerinnen weitergebildet.

Auch während der Projektlaufzeit konnte schon von der Qualifizierung als Kursleiterinnen profitiert werden: Im Sommerferienkurs 2023 wurden Entspannungsübungen für die Kinder durch eine Mitarbeiterin des BKJE übernommen.

Die Kursleiterin der Resilienztrainings für Erwachsene hat zudem das modifizierte Kurskonzept bei der Zentralen Prüfstelle Prävention zertifizieren lassen. So können die Kurse auch nach Projektabschluss durch Krankenkassen bezuschusst werden. Geplant ist, einen Präventionskurs pro Jahr für Eltern von chronisch kranken Kindern anzubieten.

Kontakt Kursleiterin:

Anke Bösmann, 0421-6952436, info@gesundheitscoaching-bremen.de

PFLEGE SCHAFFT PARTNERSCHAFT

Projekt zur Gewaltprävention abgeschlossen

Zwischen Dezember 2019 und Juni 2023 befasste sich die AWO Bremerhaven in ihren voll- und teilstationären Pflegeeinrichtungen damit, ein lebendiges und nachhaltiges Konzept zur Gewaltprävention zu etablieren.



Andere Einrichtungen, die sich dem Thema nähern wollen, sollten insbesondere an ihrem Verständnis vom Begriff "Gewalt" arbeiten. Dies zeigen die folgende Projekterkenntnisse:

Vielfältige Gewaltformen

Gewalt in Pflegeheimen ist nicht nur physisch, sondern auch psychisch und strukturell. Die Wahrnehmung und das Verständnis von Gewalt sind oft unterschiedlich, und emotionale oder verbale Gewalt sowie Vernachlässigung werden seltener erkannt und angesprochen. Insbesondere das Thema der strukturellen Gewalt, beispielsweise in Form von starren Tagesstrukturen oder überholten Alter(n)sbildern, muss noch viel häufiger thematisiert werden. Die individuellen Bedürfnisse der Bewohner:innen werden viel zu oft aus Gründen der Bequemlichkeit oder fehlenden Reflexion mehr oder weniger wissentlich übergangen.

Mangelnde Präventionskenntnisse

Es besteht ein deutlicher Mangel an Kenntnissen über Präventionsmaßnahmen unter den Mitarbeiter:innen. Vor dem Projekt gab es wenige Lösungsstrategien für auftretende Gewaltvorkommnisse, die über einfaches Schlichten oder die räumliche Trennung der Beteiligten hinausgehen.

Bewusstseinsbildung

Das Bewusstsein und die Sensibilisierung für Gewaltphänomene sind entscheidend. Ein verbessertes Bewusstsein führt zu einer höheren Meldequote von Konfliktereignissen und damit zu einer höheren Pflege-, Lebens- und Arbeitsqualität in den Einrichtungen. Um die Bewusstseinsbildung erfolgreich durchführen zu können, ist es dabei notwendig eine hohe Praxisnähe und Identifikation mit dem eigenen Erleben herzustellen. Sowohl Mitarbeiter:innen als auch Bewohner:innen erscheint das Thema „Gewalt“ ansonsten zu abstrakt und hauptsächlich auf körperliche Gewalt bezogen.



**PFLEGE SCHAFFT
PARTNERSCHAFT**



Lessons learned - Tipps für kommende Projekte

Zeitplan und Zielgruppe

Klare und realistische Zeitpläne sind wichtig. Dabei sind besonders die schwierigen personellen und zeitlichen Ressourcen im Pflegebereich zu berücksichtigen und die hohe Personalfuktuation als Risikofaktor zu beachten. Ein engerer Fokus bei der Wahl der Zielgruppen könnte außerdem zu nachhaltigeren Projektergebnissen führen.

Schulungen und Fortbildungen

Weiterbildungen vor der Spätschicht oder nach der Frühschicht haben sich als weniger zielführend erwiesen, als extra geblockte Fortbildungstage, die bewusst für solch schwierige Themen genutzt werden.

Einbindung aller Beteiligten

Für die Zukunft sollten weiterhin unterschiedliche Formate der Partizipation erprobt werden und die Bewohner:innen ansonsten ggf. durch Fürsprecher:innen vertreten werden.

Strukturierte Meldesysteme

Die Etablierung von klar definierten und leicht zugänglichen (digitalisierten) Meldesystemen ist wichtig, um Transparenz zu schaffen und eine kontinuierliche Verbesserung der Maßnahmen zu ermöglichen.

WISSENSWERTES



Hitzeaktionstag am 5. Juni 2024

Wir bitten alle laufenden Projekte die Möglichkeit zu prüfen, ob sie sich am deutschlandweiten Hitzeaktionstag beteiligen können und den vdek über die geplanten Aktionen zu berichten. Der vdek wird diese Aktivitäten dann gebündelt kommunizieren.

Für die Teilnehmer:innen an den Präventionsprojekten, die gemeinsam durch die Ersatzkassen gefördert werden, haben die zunehmenden Hitzeperioden besonders schwerwiegende Auswirkungen. Ältere Menschen, ebenso wie viele chronisch Kranke, können ihre Körpertemperatur schlechter regulieren. Gleichzeitig lässt bei vielen im Alter das Durstgefühl nach. Folgen sind Müdigkeit, Kopfschmerzen, Übelkeit, Schwindel, Krämpfe, Verwirrtheit, Benommenheit bis hin zu Kreislaufversagen.

Bei Menschen, die unter starken psychischen Belastungen stehen, kann sich anhaltende Hitze in einer Zunahme an Angststörungen und Depressionen, aber auch in steigenden Alkohol- und Substanzkonsum und deren Folgen niederschlagen. Bei jungen Menschen nimmt zudem die Angst vor der Hitze und weiteren Kimafolgen weiter zu.

Die gute Nachricht ist, dass viele Maßnahmen der Gesundheitsförderung gleichzeitig einen positiven Einfluss auf das Klima haben. Einige Beispiele hierfür hat die Deutsche Allianz für Klimawandel und Gesundheit zusammengetragen: <https://www.klimawandel-gesundheit.de/planetary-health/co-benefits/>

VERANSTALTUNGEN IN BREMEN UND UMZU

VERNETZUNGSTREFFEN HITZEAKTIONSTAG 2024 BREMEN

10.04.2024, 15:00 Uhr bis 16:30 Uhr, online. Fragen und Rückmeldung an: Dirk Gansefort (LVG & AFS Nds HB e. V.), dirk.gansefort@gesundheit-nds-hb.de

KLIMAWANDEL UND GESUNDHEIT - BREMER HITZEAKTIONSPLAN

05.06.2024, 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr, Veranstaltungsort: Haus der Wissenschaft, Sandstraße 4/5, Bremen. Der Eintritt ist frei. Vortragender: Vincent Möller, Die Senatorin für Umwelt, Klimawandel und Wissenschaft, Referat 43 "Anpassung an den Klimawandel". Mehr Informationen unter <http://unihb.eu/gpk>

BREMER PRÄVENTIONSKONFERENZ

Save the Date: Am 01.10.2024 im Forum K. Dieses Jahr dreht sich alles um notwendige und sinnvolle Präventions- und Gesundheitsförderungsansätze für Kinder und Jugendliche. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist noch nicht möglich, weitere Informationen folgen.



GESUND VOR ORT

Jana Knief
jana.knief@vdek.com
04 21 / 1 65 65 - 90



GESUND IM PFLEGEHEIM

Svenja Jacobs
svenja.jacobs@vdek.com
04 21 / 1 65 65 - 86



**Gesunde
Lebenswelten**

EIN ANGEBOT DER ERSATZKASSEN