



Das Konzept

Schritt 1

Eine speziell entwickelte Zusatzqualifikation mit einem Umfang von 40 Lerneinheiten (LE) soll die Teilnehmenden befähigen, Bewegungsangebote für Menschen mit Demenz anbieten zu können.

Die Qualifizierung erfolgt über einen Zeitraum von 3 Monaten. Sie schließt mit einem Zertifikat der Bildungsakademie des Landessportbundes Hessen e.V. und der Diakonie Hessen ab.

Das Zertifikat hat eine Gültigkeit von drei Jahren und muss dann mit 8 LE verlängert werden. Fortbildungsangebote unterbreiten die Bildungsakademie und die Diakonie Hessen. Die Angebote werden auf der Projekt-Homepage moment-hessen.de veröffentlicht.

Schritt 2

Mit den in der Zusatzqualifikation gewonnenen Erkenntnissen sollen durch die Teilnehmer/innen **moment!**-Gruppen gegründet werden, durch:

- » Initiierung eines Angebots im eigenen Verein/ in der eigenen Gemeinde
- » Entwicklung spezieller Bewegungsangebote in Zusammenarbeit mit Kommunen, Pflegeeinrichtungen und ambulanten Diensten

Die Zusatzqualifikation

Die Zusatzqualifikation richtet sich an

- » freiwillig Engagierte und Multiplikator/innen aus niedrig schwelligen Betreuungsformen für Menschen mit Demenz
- » Übungsleiter/innen, die bereits eine 120stündige Übungsleiterausbildung für Erwachsene/Ältere absolviert haben und sich nun für die Arbeit mit an Demenz erkrankten Menschen weiterqualifizieren wollen
- » Hilfskräfte / Pflegekräfte / freiwillig Engagierte aus Pflegeorganisationen

Modul I

16 Lerneinheiten
(2 Tage)
Theorie und Praxis

Hospitationen*

Modul II

16 Lerneinheiten
(2 Tage)
Theorie und Praxis

Hospitationen*

Modul III

8 Lerneinheiten
(1 Tag)
Theorie und Praxis

*Die Hospitationen sollen in den Einrichtungen der Teilnehmer/innen und/oder bereits bestehenden **moment!**-Gruppen stattfinden.

Inhalte der Zusatzqualifikation

Basiswissen Demenz

Biografiearbeit

Stundenaufbau

Sensomotorik

Alterssimulation

moment!-Gruppen-Aufbau

Kräftigungsübungen

Sturzprophylaxe

Gedächtnistraining in Bewegung

Yoga und Atmung

Rhythmik und Tanz im Sitzen und in der Bewegung

Koordination und Bewegung im Alter

Neue Ideen für die Hockergymnastik mit und ohne Gerät

Einführung in die Psychomotorik

Die **moment!**-Gruppen sind bei den Pflegekassen als niedrig schwelliges Betreuungsangebot anerkannt.

Anmeldungen für die Zusatzqualifikation nimmt die Bildungsakademie unter info@sport-erlebnisse.de entgegen.

Für Institutionen können auch Inhouse-Maßnahmen durchgeführt werden. Preise auf Anfrage.

moment!
motorisches + mentales Training

www.moment-hessen.de

info@moment-hessen.de



Das Konzept

Schritt 3

Während und mit der Gründung von **moment!**-Gruppen erfolgt die Vernetzungsarbeit aller Beteiligten. Kommunen und Sportvereine sollen für das Thema sensibilisiert werden, um weitere Ideen gemeinsam mit den stationären Einrichtungen, ambulanten Diensten und pflegenden Angehörigen zu entwickeln.

Der Antrag zur Anerkennung einer **moment!**-Gruppe als niedrig-schwelliges Betreuungsangebot wird vom Träger der jeweiligen Gruppe über die Stadt-/Kreisverwaltung an die Pflegekasse gestellt. Unterstützung kann über unser Projektteam gewährt werden.

Schritt 4

Auf der Homepage moment-hessen.de werden alle entstandenen **moment!**-Gruppen aufgelistet; hier finden sowohl die Teilnehmer/innen, die die Zusatzqualifikation absolviert haben, als auch Interessierte und pflegende Angehörige aktuelle Informationen rund um das Thema Bewegung und Demenz.

moment!-Gruppen können durch parallel stattfindende Angebote für pflegende Angehörige ergänzt werden. Eine enge Kooperation / Vernetzung mit einem lokalen Sportverein vor Ort ist sinnvoll.



Die Ausgangslage

Menschen mit Demenz nehmen vielfach nicht mehr am öffentlichen Leben teil. Das liegt einerseits an den Krankheitsfolgen, aber auch daran, dass soziale und kulturelle Angebote nicht auf die Bedürfnisse der Betroffenen reagieren. In der Folge bleibt eine immer größer werdende Zahl von Menschen von gemeinschaftsstiftenden Ereignissen ausgeschlossen, denn die Zahl der Demenzkranken steigt unaufhörlich.

Sportvereine und sportliche Aktivitäten gehören zur selbstverständlichen Alltagskultur. Damit die Kommunen künftig demenzfreundlicher gestaltet werden, ist es notwendig, dass die lokale Alltagskultur auch die Belange von Menschen mit Demenz berücksichtigt. Dem Sport kommt hier eine besondere Rolle zu.

Wissenschaftliche Befunde belegen, dass Sport einen positiven Effekt auf die motorischen und kognitiven Symptome von Demenzerkrankungen hat.

Auf der Basis einer demenzspezifischen Zusatzqualifikation sollen Anreize für lokale Initiativen entstehen, sich gemeinsam zu überlegen, wie Menschen mit Demenz Bewegungsangebote in Gemeinschaft zugänglich gemacht werden können. Das Projekt gibt hierzu die notwendigen Impulse und schafft die erforderlichen Rahmenbedingungen.

Die Projektpartner

Bildungsakademie des Landessportbundes Hessen e.V.

Otto-Fleck-Schneise 4
60528 Frankfurt
Tel. (069) 6789-220
Fax (069) 6789-306
www.sport-erlebnisse.de



Diakonie Hessen e.V.

Ederstr. 12
60486 Frankfurt
Tel. (069) 7947-0
Fax (069) 7947-996398
www.diakonie-hessen.de



Der Nachdruck oder die Vervielfältigung dieser Broschüre - auch in Auszügen - ist nur mit ausdrücklicher Gestattung der Herausgeber erlaubt.

Fotos: © Michael Hagedorn, Hamburg

gefördert vom Stiftungsfonds DiaDem



Bewegung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen



www.moment-hessen.de



Die Projektziele

Das Projekt „Bewegung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen“ bietet die Chance zur

- » Gründung von **moment!**-Gruppen* (**M**otorisches und **m**entales Training für Menschen mit Demenz)
- » Stärkung der Teilhabemöglichkeiten von Menschen mit Demenz
- » Sensibilisierung der Öffentlichkeit für Demenz als Familienthema
- » Verknüpfung und Vernetzung der Sportvereine mit Pflegeeinrichtungen
- » Entwicklung neuer lokaler Kooperationspartnerschaften
- » Förderung der Bereitschaft zum freiwilligen Engagement
- » Schaffung von Trainingsangeboten für früh-erkrankte Menschen
- » Entwicklung präventiver Bewegungsangebote für pflegende Angehörige
- » Vernetzung von Ressourcen des freiwilligen Engagements in Sportvereinen mit der Pflege