

# Pressemitteilung

erschienen am 07. Januar 2020 in der rv-news.



**Unter dem Motto „Achtsam dabei – achtsam miteinander“ nimmt das Alpenland Pflege- und Altenheim in Ravensburg Haus Am Mehlsack an einem Präventionsprojekt teil, welches von der BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER und dem Frankfurter Verein Mehr Zeit für Kinder durchgeführt wird. Ziel ist es, Themen der Gesundheitsförderung im Alltag der Einrichtung zu etablieren. Dafür werden sowohl die Mitarbeiter\*innen als auch die Bewohner\*innen in den Blick genommen.**

Hierfür begleitet ein qualifiziertes Team das Pflegeheim an 4 Schnuppertagen, die individuell auf die Bedürfnisse der Einrichtung abgestimmt sind. Alle Mitarbeiter\*innen können aus mindestens 16 Kurzangeboten aus den Bereichen Entspannung, Ernährung, Bewegung und Kommunikation wählen. Außerdem werden die Teams der sozialen Betreuung darin geschult, eigenständig Angebote zu den Themen Entspannung und Achtsamkeit mit den Bewohner\*innen umzusetzen.

„Das Besondere am Projekt A.D.A.M. ist, dass es zwei Bereiche miteinander vereint, die oft nur getrennt angeboten werden – nämlich die Gesundheitsförderung in Bezug auf die Bewohner\*innen und die Mitarbeiter\*innen. Dadurch können Gesundheitsthemen alltagsnah und nachhaltig in der Einrichtung umgesetzt werden“ erklärt Simone Linden, Geschäftsführerin von Mehr Zeit für Kinder e.V.

Wichtig ist den Initiator\*innen, dass auch über die Schnuppertage und die Qualifizierung der Teams hinaus die Gesundheitsförderung eine wichtige Rolle im Alltag der Pflegeeinrichtung spielt. Dafür wird gemeinsam die Einbindung von gesundheitsförderlichen Elementen in den Alltag geplant und ein passendes Gesundheitsprogramm für die Einrichtung entwickelt.