



## Die Pflegewerkstatt

Ein Gesundheitsförderliches- und Präventionsprogramm für  
pflegende Angehörige und an Gesundheit Interessierte

eingereicht für  
den Good Practice Award Community Nursing 2024

Projektnummer 70680

Manuela Burgstaller

Perg, 14.04.2024

# Inhaltsverzeichnis

1.	EINLEITUNG.....	1
2.	ZIELSETZUNG, PROZESS, BESONDERHEIT/INNOVATION .....	2
3.	ERGEBNISSE, ERKENNTNISSE UND ERFAHRUNGEN .....	5
4.	DISKUSSION UND AUSBLICK .....	6
5.	LITERATURVERZEICHNIS .....	6

## 1. Einleitung

Das im Juli 2022 in den Gemeinden Dimbach, Pabneukirchen, St. Georgen am Walde und St. Thomas am Blasenstein implementierte Projekt Community Nursing fokussiert sich aufgrund des gut ausgebauten Sozialhilfeverbands Perg vorwiegend auf die Gesundheitsförderung und Prävention in der Gemeindebevölkerung. Die schlechte Erreichbarkeit der Menschen, vor allem durch die geografischen Gegebenheiten (Einzugsgebiet der zu betreuenden Personen ...), machte es notwendig, umzudenken und ein Angebot zu schaffen, das weit über unsere Projektregion hinaus einzigartig zu sein scheint.

Die Pflegewerkstatt kann als Schmiede für Gesundheitskompetenz gesehen werden. Sie unterstützt kostenlos pflegende Angehörige und auch an Gesundheit interessierte Personen bei der Erlangung evidenzbasierten theoretischen Gesundheitswissens, welches durch die praktischen Übungen gefestigt wird. Dabei kann auf individuelle Probleme flexibel eingegangen und Lösungen für zu Hause erarbeitet werden. Dies geschieht in einem persönlichen und vertrauensvollen Rahmen, der besonders für bereits pflegende und betreuende Angehörige von Bedeutung ist. Ein weiterer positiver Effekt ist die Vernetzung der teilnehmenden Personen bei den Pflegewerkstattmodulen, selbst dann, wenn die Teilnehmer:innen nicht aus demselben Ort stammen. Dies zieht ein viel größeres Wirkungsspektrum nach sich als man zunächst denken möchte, und wird im nächsten Abschnitt (Zielsetzung) näher beschrieben.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Projektarbeit Pflegewerkstatt, Manuela Burgstaller, Marlene Hirtenlehner, August 2023

## 2. Zielsetzung, Prozess, Besonderheit/Innovation

Die Ziele der Pflegewerkstatt sind vielfältig und wurden wenigen Nicht-Zielen gegenübergestellt:

- pflegende Angehörige unterstützen und entlasten
- Erhöhung der Pflegequalität zu Hause
- der Bevölkerung Gesundheitsförderungsangebote näherbringen
- für das Thema Prävention sensibilisieren
- Hilfe zur Selbsthilfe, Gesundheitskompetenz stärken
- Selbstbestimmtheit fördern
- Austausch und Vernetzung zwischen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern der Pflegewerkstatt
- Der soziale Zusammenhalt in der Gemeinde wird gestärkt.
- Die Lebensqualität im Sozialraum wird verbessert.
- Ein leicht zugängliches, bürgernahes Angebot ist vorhanden.
- Das Wohlbefinden von Pflegebedürftigen und deren Familien wird gestärkt.
- Die Lebensqualität der Betroffenen und von deren Familien wird verbessert.
- Der Verbleib älterer Menschen im eigenen Zuhause wird unterstützt.
- Den ungedeckten Bedarfen bestimmter Bevölkerungsgruppen wird begegnet, diese können besser aufgedeckt und erhoben werden und Lösungen können entwickelt werden.
- längerfristig:
  - Abwanderung durch Lücken in der Gesundheitsversorgung verhindern
  - Entlastung von Kliniken und weiteren kostenintensiven Gesundheitsdienstleistern (Reduzierung der Klinikbetten, Personalmangel entgegenwirken)
  - Gemeinde stellt einen attraktiven Lebensmittelpunkt dar.

### **Nicht-Ziele:**

- Ersatz von Sozialberatungsstellen
- Ersatz der Basisschulung für die 24-Stunden-Betreuung
- Kosten für die Teilnehmer:innen
- über die Projektregionsgrenzen hinaus Kliententermine annehmen
- Doppelbelegung von Ressourcen (bspw. Tätigkeit von HKP übernehmen)

**Prozess:**

Innerhalb von drei Monaten konnten wir mithilfe eines Projektstrukturplans das Konzept umsetzen. Wichtige Faktoren dabei waren die Räumlichkeit, Materialien, Vortragende und die Werbetechnik.

*Räumlichkeit:*

Das SENIORium Bad Kreuzen eignet sich hervorragend für die Pflegewerkstatt. Es gibt zwei unterschiedlich große Räume, die für Vorträge und theoretische Lehre benötigt werden. Ein Beamer, Laptop, Sessel, Gläser und Getränke stellen hier die Grundausstattung dar. Im Pflegezimmer selbst sind aufgrund der Raumsituation nur Module mit max. sechs Teilnehmerinnen und Teilnehmern möglich. Dies hat aber auch den Vorteil, dass alle Personen üben können und wir als Fachkräfte ein Auge darauf haben. Die Zusehenden profitieren von den anderen und werden aktiv in den Lösungsprozess miteinbezogen. Module, wie das zur Anwendung von Hausmitteln, brauchen mehr Platz und müssen in einem Vortragsraum stattfinden. Das bedeutet aber auch, dass eine größere Anzahl teilnehmender Personen angenommen werden kann. Als positiv sind auch die Lage des SENIORiums und das ausreichend vorhandene Parkplatzangebot einzustufen.

*Materialien:*

Teilweise wurden diese kostenlos (Bandagist) zur Verfügung gestellt, im SENIORium vorhandene Materialien durften wir mitverwenden. Hilfsmittel für die Pflege wurden bestellt, um den Menschen möglichst viele Möglichkeiten aufzuzeigen.

### *Vortragende:*

Von den sechs Basismodulen können wir CN vier selbstständig durchführen, weitere Module können durch Expertinnen und Experten wie bspw. Ernährungsberater:innen kostenlos abgedeckt werden.

### *Werbetechnik:*

Um die Werbeflyer persönlicher zu gestalten, wurden Fotos von uns CN angefertigt und von einer Werbetechnikfirma in den Flyer eingearbeitet.



© Pilotprojekt Perg

### **Besonderheit/Innovation:**

Das Projekt der Pflegewerkstatt ist in Module eingeteilt und jede:r kann sich kostenlos für ein oder auch für mehrere Module anmelden. Besonders ist dabei, dass die Möglichkeit des Wechsels von Themen besteht und aufgrund der vorhandenen Räumlichkeiten sowie Materialien einfach umgesetzt wird. Je nach Feedback der interessierten Personen kann kurzfristig darauf reagiert werden.

### *6 Basismodule (jedes Modul ist austauschbar):*

- Mobilisation und rüchenschonendes Arbeiten
- Hautpflege, Inkontinenzversorgung und einfacher Verbandswechsel
- Ernährung im Alter
- Körperpflege
- Anwendung von Hausmitteln
- Sturzprävention, Sicherheit zu Hause

### *erweiterbare Module:*

- Gesunder Schlaf
- Alltag mit Demenz
- Kompressionstherapie bei Venenleiden
- Psychohygiene: Entspannungstechniken, Yoga, Zeit für mich, Achtsamkeitstraining

- Perspektivenwechsel mit GERT (gerontologischer Simulator)
- Gedächtnistraining (mit betreutem Angehörigen)
- Bewegungsgruppe (mit betreutem Angehörigen)



© Pilotprojekt Perg

### 3. Ergebnisse, Erkenntnisse und Erfahrungen

Insgesamt konnten in den sechs Modulen (erster Durchlauf) 39 Teilnahmen verzeichnet werden. Die teilnehmenden Personen waren meistens dieselben und sie meldeten sich nach dem ersten Modul meist für weitere Module an. Der Zeitrahmen von 18:30 bis 20:30 Uhr erwies sich dabei als völlig ausreichend und auch von der Konzentrationsfähigkeit der teilnehmenden Personen noch im Rahmen der Machbarkeit.

*Feedback der teilnehmenden Personen:* Zweimal wurden One-Minute-Papers ausgeteilt (Modul 1 und Modul 6), um festzustellen, ob der Wissenstransfer stattfindet und die Themen als geeignet betrachtet werden. Nach den ersten Modulen kam bei den Feedbackbögen mehrmals das Thema Demenz als wünschenswertes Modul heraus. Wir reagierten sofort und konnten bereits für die zweite Reihe der Pflegewerkstatt eine Referentin speziell für den Umgang mit Demenz im Alltag engagieren. Das „neue“ Modul präsentierten wir den Teilnehmerinnen und Teilnehmern am letzten Modulabend und konnten gleich vier Anmeldungen aufnehmen. Das Feedback bestärkte uns in der Annahme, auf dem richtigen Weg zu sein.

## **4. Diskussion und Ausblick**

Der Projektstrukturplan konnte bis zur Kick-off-Veranstaltung des 1. Moduls ohne große Verzögerungen eingehalten werden. Eine der größten Herausforderungen war es, die Menschen von dem Angebot der Pflegewerkstatt zu überzeugen und dazu zu bringen, dieses auch anzunehmen.

Für die fortlaufende Ausführung der Pflegewerkstatt benötigt es ein Gespür dafür, wann es gut ist, diese im Jahresverlauf zeitlich einzuplanen. Um die Teilnehmerzahl zu steigern, braucht es künftig eine regelmäßige Bewerbung dieser Maßnahme über Social Media und Regionalzeitungen. Die Pflegewerkstatt ist derzeit schon am Ende des zweiten Durchlaufs. Die Notwendigkeit und auch die Wirksamkeit dieser Maßnahme wurde im Bezirk Perg erkannt und sie soll als nachhaltiges Projekt künftig für mehr Seniorinnen und Senioren im Bezirk Perg ausgerollt werden.

## **5. Literaturverzeichnis**

Burgstaller, M.; Hirtenlehner, M. (2023): Projektarbeit Pflegewerkstatt. Gesundheitsförderliches und Präventionsprogramm „Die Pflegewerkstatt“.