

## **Modellprojekt "Sport für Menschen mit Demenz"**

Laufzeit: 2014 - 2016  
Projektleitung: Prof. Dr. Monika Reichert  
Projektmitarbeit: Veronique Wolter

### Kurzbeschreibung:

Selbstständiges und zufriedenes Altern ist eng an den Erhalt der motorischen und kognitiven Leistungsfähigkeit sowie individuellen Lebensqualität – sprich an die Alltagskompetenz – gekoppelt (vgl. u.a. Eisenburger & Zak 2013). Vor dem Hintergrund demographischer Herausforderungen nimmt das Themenfeld "Demenz" seit einiger Zeit nicht nur im Kontext der pflegerischen und sozialrechtlichen Absicherung einen immer größeren Stellenwert ein. Vielmehr wird eine ganzheitliche Betrachtung der Lebenswirklichkeit demenzerkrankter Personen vorgenommen. Hierbei spielen Erklärungen durch das biopsychosoziale Modell eine wichtige Rolle (Egger 2005). Sport- und Bewegungsangebote sind hierbei in den letzten Jahren immer stärker in den Fokus des (wissenschaftlichen) Erkenntnisinteresses gerückt. Neben Projekten, die einen Schwerpunkt präventiver Wirkungen von Sportangeboten auf dementielle Erkrankungen legen, gab es auch vermehrt klinische Studien, die gezielt Sportprogramme für Demenzerkrankte und ihre pflegenden Angehörigen entwickelt und deren Effekte gemessen haben (vgl. u.a. Eichberg 2010; Schwenk et al. 2010; Nieder 2011). Obwohl schon sehr gelungene Praxisbeispiele bestehen, zeigt sich ein Bedarf an Studien zu einer zielgruppenspezifischen Umsetzung und Möglichkeit der nachhaltigen Implementierung von lokalen Bewegungsangeboten (Forbes 2013).

Anknüpfend an diese Entwicklung werden in einem dreijährigen Modellprojekt 73 neue homogene und inklusive Sport-/Bewegungsangebote für Menschen mit Demenz (und ihre pflegenden Angehörigen) entwickelt und erprobt. Dabei arbeiten lokale Tandems, bestehend aus Sportvereinen und Akteuren aus dem Bereich "Beratung/Betreuung/Pflege", in städtischen und ländlichen Regionen Nordrhein-Westfalens zusammen, um vor Ort mit beidseitiger Expertise innovative Versorgungsstrukturen zu schaffen. Ergänzend dazu werden Bausteine der Qualifizierung für Übungsleiter aus dem Sport sowie Pflegekräfte und Ehrenamtliche aus der Sozialen Arbeit angeboten.

Das Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter fördert das NRW-weite Projekt, welches vom Behinderten-Sportverband NRW und dem Landessportbund NRW initiiert wurde. Kooperationspartner auf Landesebene sind die Landesinitiative Demenz-Service sowie die Verbände der Freien Wohlfahrtspflege und der privaten Pflege. Die wissenschaftliche Begleitung des Vorhabens übernimmt die TU Dortmund - Lehrgebiet Soziale Gerontologie - unter der Leitung von Prof. Dr. Monika Reichert.

Zielsetzung der wissenschaftlichen Arbeit ist die Begleitung und Evaluation der im Projekt entstandenen Sportangebote für Menschen mit Demenz (und

ihren pflegenden Angehörigen). Es wird untersucht, wie Sportangebote konzipiert und implementiert werden können, sodass sie einerseits den Bedarfen der Zielgruppe gerecht werden und andererseits langfristig als Bestandteil des Regelprogramms von Sportvereinen etabliert werden können. Hierzu wird ein multimethodisches Vorgehen, das sowohl qualitative als auch quantitative Methoden umfasst, genutzt, um die unterschiedlichen Perspektiven aufzugreifen.

Quellenangaben:

Egger, J.W. (2005). Das biopsychosoziale Krankheitsmodell. Grundzüge eines wissenschaftlich begründeten ganzheitlichen Verständnisses von Krankheit. *Psychologische Medizin*, 16 (2), 3–12.

Eichberg, S. (2010). Alltagskompetenz besser aufrechterhalten. Fit für 100 - ein erfolgreiches Seniorensportprojekt. In I. Füsgen (Hrsg.), *Demenz - ein unausweichliches Altersschicksal? Fachtagung des "Zukunftsforum Demenz" in Zusammenarbeit mit der BAGSO, 18. Mai 2010 in Bonn ; Dokumentationsband* (S. 33–37). Wiesbaden: Medical-Tribune-Verl.-Ges.

Eisenburger, M. & Zak, T. (2013). *Bewegte Begegnungsstunden für Menschen mit Demenz* (Wo Sport Spaß macht). Aachen: Meyer & Meyer.

Forbes, D., Thiessen, E.J., Blake, C.M., Forbes, S.C. & Forbes, S. (2013). Exercise programs for people with dementia. *The Cochrane database of systematic reviews*, 12, CD006489.

Nieder, Ulrike (2011). Bewegungsgruppen für Menschen mit Demenz. *ProAlter März/April*, 16-18.

Schwenk, M., Lauenroth, A., Oster, P. & Hauer, K. (2010). Effektivität von körperlichem Training zur Verbesserung motorischer Leistungen bei Patienten mit dementieller Erkrankung. In K.-M. Braumann & N. Stiller (Hrsg.), *Bewegungstherapie bei internistischen Erkrankungen* (S. 167–184). Heidelberg: Springer.