



# Die Gesundheit Pflegebedürftiger regional fördern

Die AOK Rheinland/Hamburg startet das Präventionsprojekt ReGe Pflege – Regionales Gesundheitsnetz für Pflegebedürftige Daheim.

Erfahren Sie mehr auf  
[aok.de/gp/regepflege](http://aok.de/gp/regepflege)

Ein Projekt der  
AOK Rheinland/Hamburg  
Die Gesundheitskasse.

## ReGe Pflege

**Mit ReGe Pflege werden Präventionsstrukturen für ambulant gepflegte Menschen ab 60 Jahren in den Regionen etabliert. Ziel ist es, dass die Gesundheitsförderung direkt bei den Betroffenen ankommt. Damit sie so lange und aktiv wie möglich in ihrer vertrauten Umgebung bleiben können.**

ReGe Pflege lebt von dem Zusammenwirken kommunaler Partner, die gezielte und vernetzte Gesundheitsangebote aufbauen und vorhandene einbinden.

Das Projekt richtet sich an ambulant gepflegte Menschen mit den Pflegegraden 1 bis 3 und ihre Pflege- und Betreuungspersonen. Die Prävention und Gesundheitsförderung sind gesetzlich geregelt und Kernaufgaben der Krankenkassen. Die Umsetzung erfolgt daher im Setting der kommunalen Gesundheitsförderung nach Paragraph 20a des Fünften Sozialgesetzbuchs (SGB V).

### Stark mit regionalen Partnern

Die Akteure in den Kreisen kennen die Probleme und Möglichkeiten vor Ort. Deshalb sind sie tragende Säulen für das Gelingen der Präventionsoffensive am Wohnort der Menschen. Mögliche Partner sind etwa: Verbände, Vereine, Institutionen, Fachpersonen und Entscheidungsträger aus Kommune, Wissenschaft und Praxis.

**ReGe Pflege startet in drei Pilotregionen:** die Kreise Euskirchen und Wesel sowie die Stadt Aachen.

## Ziele

ReGe Pflege möchte mit handelnden Personen vor Ort stabile Strukturen und Handlungsempfehlungen schaffen.

- Aufbau eines Partnernetzwerks mit Koordinierungsstelle und Steuerungsgremium
- Aufbau von Angebotsstrukturen

Die Zielgruppe und Vermittler sollen für die Angebote sensibilisiert werden und leichteren Zugang zu ihnen finden.

## Chancen

Mit passgenauer und wohnortnaher Prävention können die zu Hause gepflegten Menschen ihre eigenen Potenziale nutzen oder erweitern und damit ihre Selbstständigkeit und Gesundheit erhalten. Persönliches Leid sowie gesellschaftliche und individuelle Pflegeaufwendungen können reduziert werden.

## Haben Sie Fragen?

Kontaktieren Sie uns oder besuchen Sie unsere Webseite. Wir freuen uns auf Sie.

**Catharina Hörig**  
AOK Rheinland/Hamburg,  
Abteilung Gesundheitsförderung  
[gesundheitsfoerderung@rh.aok.de](mailto:gesundheitsfoerderung@rh.aok.de)

**Gesundheitspartnerportal**  
[aok.de/gp/regepflege](http://aok.de/gp/regepflege)

## Die Handlungsfelder

Für ReGe Pflege wurden vier Handlungsfelder ausgewählt. Für jedes werden regional angepasste Zielvorgaben und Maßnahmen definiert.



### ← Körperliche Aktivität

Bewegung stärkt nicht nur den Körper, sondern auch die Seele

### Kognitive Ressourcen →

Den Geist aktivieren



### ← Psychosoziale Gesundheit

Wohlbefinden und Selbstvertrauen stärken



### Prävention von Gewalt →

Risiken erkennen und vorbeugen



## Das Vorgehen

Das AOK-Fachkonzept sowie die Einrichtung von je einem Steuerungsgremium und einer Koordinierungsstelle in den drei Regionen sind die Basis für Umsetzung und Evaluation.

### Der Zeitplan



ReGe Pflege wird von der AOK Rheinland/Hamburg getragen und von den Forschungsinstituten IGES Institut GmbH und MA&T Sell & Partner GmbH begleitet.

IGES



## Die Herausforderung

Fast 80 Prozent aller Pflegebedürftigen werden Zuhause gepflegt, zwei Drittel davon ausschließlich innerhalb der Familie. 50 Prozent der Pflegebedürftigen und über die Hälfte ihrer pflegenden Angehörigen erhalten keine Beratung zur Vorbeugung von Gesundheitsproblemen.\*

\* Quellen: Landesbetrieb Information und Technik Nordrhein-Westfalen, Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP)

1,2 Mio.

Pflegebedürftige in NRW im Jahr 2021\*

+30%

an Pflegebedürftigen bis 2050 mit großen regionalen Unterschieden\*

ReGe Pflege – Ein Projekt der AOK Rheinland/Hamburg Die Gesundheitskasse.