



AOK-Mobilee

Gesundheitsimpulse für Pflegeeinrichtungen

AOK Bremen/Bremerhaven
Die Gesundheitskasse.

Was brauchen Mitarbeitende in Pflegeeinrichtungen bei der täglichen Arbeit? Nicht zuletzt gute Ideen, leicht umsetzbare Impulse und ein wertschätzendes Miteinander im Team sowie mit den Bewohnerinnen und Bewohnern. Dafür hat die AOK Bremen/Bremerhaven ein Angebot:

AOK-Mobilee.

Mit AOK-Mobilee bieten wir Ihnen qualitativ hochwertige Gruppenprogramme, die Betreuungs- und Fachkräfte aus der Pflege im Rahmen von Fortbildungen ganz entspannt erlernen und in der täglichen Arbeit mit den ihnen anvertrauten Menschen einsetzen können.

AOK-Mobilee soll dazu beitragen, eine Balance zwischen den alltäglichen Anforderungen an Ihr Team und den Bedürfnissen Ihrer Bewohner/-innen herzustellen – ein Gleichgewicht, von dem alle profitieren. Wir haben konkrete Module im Angebot, aber gemacht wird, was Ihnen hilft. Sie äußern Ihren Bedarf – wir planen mit Ihnen das für Ihre Einrichtung passende Präventionsangebot.

Wir können dabei in den folgenden gesundheitsfördernden Handlungsfeldern aktiv werden:

- Ernährung
- Körperliche Aktivität
- Stärkung kognitiver Ressourcen
- Psychosoziale Gesundheit
- Prävention von Gewalt

Gut für die Bewohner/-innen

Die Präventionsangebote von **AOK-Mobilee** werden Ihre Bewohner/-innen dabei unterstützen, aktiv und so fit zu bleiben, wie die individuelle Situation es zulässt. Dabei geht es uns um die körperliche und seelische Gesundheit gleichermaßen – eine gute Balance ist die Grundlage für eine möglichst hohe Lebensqualität.



Gut für Ihr Team

Das Programm hat aber genauso die Lebens- bzw. Arbeitssituation der Pflegenden im Blick: Es bietet die Möglichkeiten, Gesundheitspotenziale der teilnehmenden Personen zu aktivieren und gleichzeitig ein sinnvolles und lebendiges positives Miteinander zu gestalten. Die Fortbildungsmodule bringen mehr Qualität in den Arbeitsalltag und stärken die persönlichen Kompetenzen. Eine verbesserte Mobilität und Zufriedenheit der Bewohner/-innen führt zu einer spürbaren Entlastung auch für die Mitarbeitenden und hat eine hohe Auswirkung auf die Lebensqualität in der stationären Pflege.



Gerade in diesen herausfordernden Zeiten ist die Stärkung von Ressourcen eine dringend erforderliche und willkommene Abwechslung, um in eine innere Balance zu kommen. Das gilt für die in Ihrer Einrichtung lebenden Menschen, Tagesgäste und Angehörige – und genauso für Ihre Mitarbeitenden.

Da kommt was in Bewegung!

Wir haben **AOK-Mobilee** ins Leben gerufen, um die Gesundheit der von Ihnen betreuten Menschen zu fördern und den Arbeitsalltag in Ihrer Einrichtung spürbar zu entlasten. Die Vorteile auf einen Blick:

- Kostenfreie Fortbildungsangebote
- Durchführung durch zertifizierte Fachkräfte
- Mehr Lebensqualität für die Bewohner/-innen
- Kompetente und motivierte Mitarbeitende
- Imagegewinn für Ihre Einrichtung
- Jede Menge guter Energien!



Sie haben Fragen oder möchten eine Beratung zu **AOK-Mobilee**?

Die AOK Bremen/Bremerhaven informiert Sie gerne über die Förderbedingungen und bestehende Fortbildungsangebote. Haben Sie bereits eine eigene Projektidee zur Umsetzung von Gesundheitsförderung in Ihrer Einrichtung? Dann wenden Sie sich bitte an:

AOK Bremen/Bremerhaven
Astrid Gallinger

Telefon: 0421 1761-28111

E-Mail: astrid.gallinger@hb.aok.de

