

# Wohlfühlen in einer aktiven Gruppe auch bei Gedächtniseinbußen –

wissenschaftliche Ergebnisse des  
BeWiTa-Projektes

Dr. Gudrun Ulbrecht  
Psychiatrische Universitätsklinik Erlangen

*BeWiTa*

**Dank**

**Förderer: Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.**

*BeWiTa*

## **Forschungsförderpreis im Jahr 2010**

- **Eines von zwei geförderten Projekten**



# Kooperationspartner

# BeWiTa



Psychiatrische Universitätsklinik Erlangen,  
Dr. Gudrun Ulbrecht, Dr. Birgit Eichenseer,  
Prof. Dr. med. Elmar Gräbel



Angehörigenberatung e.V. Nürnberg,  
Hans-Dieter Mückschel, Elfi Ziebell



Stadtmission Nürnberg e.V.,  
Thomas Staudigl



Rummelsberger Altenhilfeverband  
Nürnberg, Dieter Pflaum



Seniorenamt Nürnberg, Steffen Chill



Gedächtnisprechstunde Klinikum  
Nürnberg, Dr. Hartmut Lehfeld



Zentrum für Erwachsenen- und  
Senioren-sport (ZEUS), Gerd Miehlting

- 3/4 aller Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen in Deutschland werden in der eigenen Häuslichkeit von Angehörigen versorgt

Bisherige Forschung:

- Aktivität senkt Demenzrisiko
- Leistungseinschränkungen belasten die Beziehung

## **Bewegungsangebot für zuhause lebende Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen und ihre Angehörige**

- Vier *BeWiTa*-Angebote zur Auswahl: Bewegungstraining, Kegeln, Sportspiele an der Wii-Konsole, Tanzen
- Umfang: 1 Stunde pro Woche über 5 Monate (plus weitere 4 Wochen)
- Durchgeführt von Betreuerteam (eine Therapeutin und eine Helferin pro Gruppe)
- Geplant: Gruppen von je 6 Paaren (Bewegungsangebot), 6 Paaren (Kegeln), 3 x 4 Paaren (Wii), 12 Paaren (Tanzen)

# Bewegungsgruppe im Nachbarschaftshaus

BeWiTa

- Gruppenleitung: G. Miehling und K. Reimann (ZEUS)
- Teilnehmer/innen: 7 Paare



# Kegelgruppe im Seniorentreff Bleiweiß

BeWiTa

- Gruppenleitung: K. Reimann und S. Seifert (ZEUS)
- Teilnehmer/innen: 5 Paare



# Wii-Gruppe im Seniorentreff Bleiweiß

BeWiTa

- Gruppenleitung: K. Reimann und S. Seifert (ZEUS)
- Teilnehmer/innen: 4 Paare



# Wii-Gruppe im Rummelsberger Stift St. Lorenz

BeWiTa

- Gruppenleitung: Mitarbeiterinnen des Rummelsberger Stift St. Lorenz
- Teilnehmer/innen: 4 Paare



# Wii-Gruppe im Seniorenzentrum Tiergärtnerort

BeWiTa

- Gruppenleitung: G. Volz und S. Speck  
(Mitarbeiterinnen des Seniorenzentrums)
- Teilnehmer/innen: 4 Paare



# Tanzgruppe im Rummelsberger Stift St. Lorenz

BeWiTa

- Gruppenleitung: Mitarbeiterinnen des Rummelsberger Stift St. Lorenz
- Teilnehmer/innen: 12 Paare



- Beginn:  
36 Teilnehmer-Paare
- Abschluss:  
von 34 Paaren  
liegen Daten vor

- Im Durchschnitt waren 2/3 der Paare (Angehöriger und Betroffener) anwesend
- Fehlgründe: Krankheit, Urlaub, andere Verpflichtungen

## *Akzeptanz:*

- Wie wird das Angebot angenommen?

## *Verlauf:*

- Wie entwickeln sich die **motorischen** und **kognitiven** Fähigkeiten der Betroffenen?
- Wie entwickeln sich **Lebensqualität** und **Beziehungsqualität** der Betroffenen und der Angehörigen?

**Akzeptanz: allgemein**

*BeWiTa*

- Angebote werden gerne angenommen

# Akzeptanz/ Erfahrungen: Betroffene

BeWiTa

freie Antworten:

---

**Gut gefallen**

***Beispiele:***

***Angebot***

***Kontakte***

***Atmosphäre***

---

**Weniger gut  
gefallen**

***Beispiele:***

***Schwierigkeit des Angebots***

***Termine zu kurz***

---

# Akzeptanz/ Erfahrungen: Angehörige

BeWiTa

---

**Zufriedenheit**      *sehr/ziemlich zufrieden [28 von 30 Pers.]*

*mittelmäßig zufrieden [2 von 30 Pers.]*

---

**Aktivität des Betroffenen**      *(viel) aktiver [12 von 30 Personen]*

*gleich geblieben [16 von 30 Personen]*

*weniger aktiv [2 von 30 Personen]*

---

**Beziehung zum Betroffenen**      *(sehr) verbessert [10 von 30 Pers.]*

*gleich geblieben [19 von 30 Personen]*

*verschlechtert [1 von 30 Personen]*

# Akzeptanz / Erfahrungen: Angehörige

BeWiTa

freie Antworten:

---

**Gut gefallen**

**Beispiele:**

*Kontakte*

*Betreuer*

*Angebot*

*Atmosphäre*

---

**Weniger gut  
gefallen**

**Beispiele:**

*zu wenig Zeit*

*zu wenig Bewegung*

---

## Akzeptanz/ Erfahrungen: Anleiter/Helfer

BeWiTa

---

**Zufriedenheit mit  
der Durchführung**

*(sehr) ziemlich zufrieden [15 von  
16 Personen]*

*mittelmäßig zufrieden [1 von 16  
Personen]*

---

**Passung des  
Konzepts mit den  
Bedürfnissen der  
Teilnehmer**

*ja [12 von 16 Personen]*

*teilweise [1 von 16 Personen]*

*nein [2 von 16 Personen]*

*keine Angabe [1 von 16 Personen]*

---

# Akzeptanz/ Erfahrungen: Anleiter/ Helfer

BeWiTa

freie Antworten:

---

**Gründe für  
Zufriedenheit  
mit dem  
Förderungsangebot**

**Beispiele:  
*Freude der Teilnehmer  
Erfolge  
Gruppenzusammenhalt***

---

**Was lief  
weniger gut**

**Beispiele:  
*unregelmäßige Teilnahme  
starke Leistungsorientierung  
heterogenes Leistungsniveau***

---

## Verlauf:

Durchschnittswerte aller im Vergleich vorher-nachher

### Stabilisierung der Werte von:

- *Motorik* (Betroffene)
- *Lebensqualität* (Betroffene, Angehörige)
- *Beziehungsqualität* (Betroffene, Angehörige)



## Verlauf:

Durchschnittswerte aller im Vergleich vorher-nachher

- Durchschnittliche geringfügige Abnahme der *kognitiven Werte*

**Verlauf:**

BeWiTa

## **Wer profitiert durch Anstieg der Werte:**

- *Weibliche,  
kognitiv fittere Betroffene  
profitieren stärker  
bezüglich Kognition (TMT-A)*

**Verlauf:**

BeWiTa

## **Wer profitiert durch Anstieg der Werte:**

- *Verwitwete,  
weibliche Betroffene  
profitieren stärker  
bezüglich Motorik (CST)*

**Verlauf:**

BeWiTa

## **Wer profitiert durch Anstieg der Werte:**

- *Angehörige,  
die nicht mit  
Betroffenem zusammenleben  
profitieren stärker bezüglich  
Lebensqualität (WHOQOL\_psych)*

# Erfahrung der Projektdurchführenden

BeWiTa

- Freude an Bewegung
- Soziales Eingebundensein in Gruppe
- Umgang mit unterschiedlichem Leistungsniveau
- Austausch zwischen Personen  
in einer ähnlichen Situation  
bei entspannter Atmosphäre



**Effekt:**

**Beratungsinanspruchnahme (neu)**

<p><i>Angehörigenberatung e.V. Nürnberg</i></p>  <p>ANGEHÖRIGENBERATUNG e.V. Nürnberg Beratungsstelle und Fachkoordination</p>	<p><i>Seniorenzentrum Tiergärtnertor</i></p>  <p>Seniorenzentrum am Tiergärtnertor</p>
<p>erstmalige Beratung <b>7</b></p>	<p>erstmalige Beratung <b>2</b></p>

# **Effekt: Anstoß zu mehr Selbsthilfe** *BeWiTa*

## **Nachfolgegruppen:**

Leitung durch BeWiTa-Angehörigen

- Kegeln
- Tanzen
- Wii-Bleiweiß
- Wii-Tiergärtnertor

Leitung durch BeWiTa-Anleiter

- Bewegungsgruppe

# Interesse an der Teilnahme in einer Nachfolgegruppe?

Auskunft über Gruppenangebote erhalten Sie bei



Elfi Ziebell

Angehörigenberatung e.V. Nürnberg

Tel.: 0911 - 26 98 39



**Herzlichen Dank für Ihre Teilnahme an  
BeWiTa!**

*BeWiTa*

