

## **Innovationsprojekt PflegeUrlaub „Fit für den Alltag“**

Am 24.02.2014 ist der Startschuss des Innovationsprojektes PflegeUrlaub „Fit für den Alltag“ für Pflegebedürftige und ihre pflegenden Angehörigen.

Das Projekt wurde vom Innovationswettbewerb „Gesund in NRW“ – Ideen für die Präventionswerkstatt ausgezeichnet und zwischenzeitig zu einem nachhaltigen präventiven GesundheitsUrlaub für den Heilgarten OWL entwickelt.

Ziel der Innovation ist es, durch tiefenentspannende RaphaelsMusik und sanfte Bewegung die Gesundheit präventiv zu unterstützen. Nach Aussage des Statistischen Bundesamtes waren im Dezember 2011 2,5 Millionen Menschen in Deutschland pflegebedürftig. Zwei Drittel aller Pflegebedürftigen wurden zu Hause gepflegt, das sind 1,76 Millionen Menschen. Hiervon wurden 1,18 Millionen Pflegebedürftige ausschließlich durch Angehörige gepflegt.

Das Projekt PflegeUrlaub „Fit für den Alltag“ soll einen aktiven Beitrag zur gemeinsamen Gesundheitsprävention von Pflegebedürftigen und deren pflegenden Angehörigen leisten und wird von drei Senioreneinrichtungen:

- Altenzentrum Bethesda vom Johanneswerk, Bad Salzuflen
- Phillip-Melanchthon-Zentrum vom Johanneswerk, Bad Driburg
- Senioren Zentrum Am Markt, Horn-Bad Meinberg

und zwei Hotels:

- Hotel Eggenwirth, Bad Driburg
- Landhotel Haus Weber Horn-Bad Meinberg/Holzhausen

in den Kurorten Bad Salzuflen, Bad Meinberg und Bad Driburg durchgeführt.

**Anschrift:**

**RaphaelsMusik**

Am Kahlen Berge 3 • 32108 Bad Salzuflen • Mobil: 0176/50502564 • Tel.:05222/22351

Email: [info@raphaels-musik.de](mailto:info@raphaels-musik.de) • [www.sanktraphael.info](http://www.sanktraphael.info)

**Bankverbindung:**

Musikgemeinschaft Raphael • Sparkasse Lemgo • BLZ 48250110 • Konto 7836208



**Neue wissenschaftliche Studien belegen die positive Wirkung von Musik und Bewegung auf die Gesundheit und das Wohlbefinden. ( <http://www.gesund-in-schwaben.de/nachrichten/gesundheits-news/Musik-und-Bewegung-Gut-fuer-Menschen-mit-Herz-Problemen-id27119407.html> )**

Das Projekt wird von Herr Prof. Dr. Schöllhorn von der Universität Mainz wissenschaftlich begleitet und durch ein vom ihm eigens hierfür entwickeltes Trainingsprogramm bereichert. Das Institut medicaltex, in München, Dr. Bäcker, wird den Gesundheitsurlaub evaluieren.

**Die tiefenentspannende RaphaelsMusik® bildet den roten Faden des PflegeUrlaubs.**

Weitere Angebote sind die Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen und ein sanftes Trainingsprogramm, entwickelt von Herrn Prof. Dr. Schöllhorn von der Universität Mainz.

Die Koordinierung des PflegeUrlaubs wird durch den Verein Sankt Raphael – Werte leben e.V. durchgeführt

Weitere Informationen zum PflegeUrlaub finden Sie ab 24.02.2014 auf der Webseite. [www.pflegeurlaub-fit-fuer-den-alltag.de](http://www.pflegeurlaub-fit-fuer-den-alltag.de).

**Anschrift:**

**RaphaelsMusik**

Am Kahlen Berge 3 • 32108 Bad Salzuflen • Mobil: 0176/50502564 • Tel.:05222/22351

Email: [info@raphaels-musik.de](mailto:info@raphaels-musik.de) • [www.sanktraphael.info](http://www.sanktraphael.info)

**Bankverbindung:**

Musikgemeinschaft Raphael • Sparkasse Lemgo • BLZ 48250110 • Konto 7836208