

## Tagespflege der Stiftung Carolinenheim in Apolda setzt auf viel Bewegung

### Erfolgreiche Teilnahme am Präventionsprogramm der IKK classic

**Dresden/Apolda, 19. Mai 2026.** Die Tagespflege der Stiftung Carolinenheim in Apolda hat erfolgreich am Präventionsprogramm „Bewegte Tagespflege“ der IKK classic teilgenommen. Das Konzept richtet sich an teilstationäre Einrichtungen und unterstützt Pflegekräfte dabei, Bewegung und Mobilität als zentrale Bausteine in den Tagesablauf der Gäste einzubinden.

#### Bewegung als Teil des Alltags

Gemeinsam mit der IKK classic hat das Pflegeteam der Stiftung ein passendes Bewegungskonzept für die Einrichtung entwickelt und dieses erfolgreich in den Pflegealltag integriert.

***„Bewegung bedeutet für die Gäste in der Tagespflege vor allem eines: ein Stück Lebensqualität und Selbstständigkeit im Alltag zu erhalten. Unser Programm zeigt, dass Aktivierung und Fürsorge Hand in Hand gehen können.“***

*Jessika Will, Gesundheitsmanagerin der IKK classic*

Das Team der Stiftung Carolinenheim hat ein einheitliches Bewegungsverständnis entwickelt. So wurden beispielsweise verschiedene Übungen in den Pflegealltag integriert und eine sogenannte „bewegte Wand“ gestaltet, die mit unterschiedlichen bewegungsanregenden Elementen und Bildern in verschiedenen Höhen ausgestattet ist. Zudem werden Thera-Bänder sowie ein Stehtisch mit Getränken für Gespräche bereitgestellt.

#### Pflege neu denken

Die „Bewegte Tagespflege“ wurde von der IKK classic in Kooperation mit der Hochschule Esslingen entwickelt. Das Programm verbindet gezielte Bewegungsförderung mit alltäglichen Aktivitäten, wie sie auch im eigenen Haushalt der Gäste vorkommen. Durch diesen Ansatz lassen sich zahlreiche positive Effekte erzielen. Dies gilt sowohl für die Selbstständigkeit der Tagespflegegäste als auch für die Arbeitszufriedenheit der Mitarbeitenden. Ziel ist es, die Menschen zu ermutigen, selbst aktiv zu bleiben und ihre Fähigkeiten zu erhalten, um ihnen

einen möglichst langen, eigenständigen und aktiven Verbleib in der Häuslichkeit zu ermöglichen.

Interessierte Tagespflegeeinrichtungen können sich bei der IKK classic melden. Die Teilnahme ist kostenlos. Weitere Informationen gibt es unter [www.ikk-classic.de/pflegepraevention](http://www.ikk-classic.de/pflegepraevention).

**Das Bild darf im Zusammenhang mit der Pressemitteilung genutzt werden (© IKK classic):**

Von links nach rechts: Jessika Will, (Gesundheitsmanagerin der IKK classic), Antje Lenz (Leitung der Tagespflege Stiftung Carolinenheim), Anna Krug (Mitarbeiterin Qualitätssicherung, Stiftung Carolinenheim)

**Die IKK classic ist mit rund drei Millionen Versicherten die führende handwerkliche Krankenversicherung und eine der großen Krankenkassen in Deutschland. Die Kasse hat rund 7.000 Beschäftigte an über 150 Standorten im Bundesgebiet. Ihr Haushaltsvolumen beträgt über 15 Milliarden Euro.**

[www.ikk-classic.de/presse](http://www.ikk-classic.de/presse)