

## BeSt Age – Bewegungsförderung und Sturzprävention durch App-gestützte

### Interventionen in der Altenpflege

#### Ziel:

- Verbesserung der **Alltagsfähigkeit** und **Lebensqualität** von Bewohnenden in Altenpflegeeinrichtungen durch **Erhalt/Steigerung** der **motorischen** und **kognitiven** Leistungen.

#### Anstehende Inhalte des Projekts:

- **Evaluation** der BeSt Age-App durch eine **randomisiert kontrollierte Studie**
  - **Datenerhebung**
  - Quantitative und qualitative **Datenauswertung**

#### Welche Outputs erheben wir in unserer Studie?

##### **1. Outcomes in Bezug auf die Bewohnenden**

Konstrukt	Erhebungsinstrument	Vorgehen
Kognition	• MoC A Deutsche Version	Paper & Pencil
Motorik	• Handkraft • 30 sec. Armcurl • Timed Up & Go • Berg Balance Scale • 6m Walk Test • End-State comfort for older Adults	Testspezifische Vorgehensweisen aufbauen + Paper & Pencil
Alltagsfähigkeit (proxy)	• KATZ-Index	SoSci Survey
Sturzangst	• Short Falls Efficacy Scale	Paper & Pencil
Anzahl der Stürze der letzten 4 Monate (proxy)	• Anzahl der Stürze	Paper & Pencil
Lebensqualität	• Erfassung der allgemeinen bereichsübergreifenden Lebensqualität	Paper & Pencil
Motivation	• Behavioural Regulation in Exercise Questionnaire • Offene Fragestellungen	Paper & Pencil
Körperliches Aktivitätsverhalten (normal + proxy)	• German Life Assessment • German Life Assessment Proxy Version • Akzelerometer	Paper & Pencil

## 2. Outcomes in Bezug auf die Pflegeheimmitarbeitenden

Konstrukt	Erhebungsinstrument	Vorgehen
Verbesserungsoptionen bzgl. App	• Offene Fragestellung	SoSci Survey
Technikaffinität	• Affinity for Technology Interaction Scale	SoSci Survey
Nutzungsfaktoren	• Offene Fragestellungen	SoSci Survey
Usability	• System Usability Scale	SoSci Survey
User-Experience	• AttrakDiff	SoSci Survey

### Wie könnt ihr Teil unserer BeSt Age-Studie werden?

Ihr müsst noch ein internes Praktikum absolvieren, eure Abschlussarbeit rückt näher oder das Forschungsprojekt steht noch aus? Ihr wolltet schon immer mal Teil einer großen Studie sein und selbst forschen? Ihr würdet gerne gemeinsam mit dem BeSt Age Team zu mehr Qualität in der Pflege beitragen und etwas Gutes für die Gesellschaft tun?

Dann meldet euch bei uns unter [bestage@ifss.kit.edu](mailto:bestage@ifss.kit.edu), teilt uns mit, welcher Themenbereich euch besonders interessiert, und werdet Teil des BeSt Age Teams!

### Was wären eure Aufgaben?

- Teilnahme an einer Testleitungsschulung Mitte Januar.
- Fahrten in die Einrichtungen und Durchführung der Erhebungen mit den Bewohnenden ab Ende Januar/Anfang Februar.
- Unterstützung bei der Datenaufbereitung und Auswertung. Die gesammelten Daten könnt ihr nach individueller Absprache für eure Forschungsprojekte/Abschlussarbeiten nutzen.



Hallo **Sonnenblick-Team!**

**Nächste Übungseinheiten**

 <b>Gruppe A</b> 08.08.   12:00 Uhr	 <b>Gruppe B</b> 08.08.   15:00 Uhr
 <b>Gruppe C</b> 09.08.   12:00 Uhr	 <b>Gruppe D</b> 09.08.   15:00 Uhr

**48** Bewohnerprofile

**4** Kleingruppen

**Zu den Pflegeheimgärten**

**Zu den Übungsplänen**