

# Auswertungsbericht Gesundheitsurlaub - am Ende des Aufenthalts

Gesund in NRW, 2014 bis 2016

## 1. Vorbemerkung

Wesentliche Ziele der durchgeführten Studie durch das Institut für Qualitätssicherungssysteme medicaltex, München, Dr. med. Bäcker und die Johannes-Gutenberg-Universität Mainz, Prof. Dr. Schöllhorn sind:

1. die Untersuchung der unmittelbaren Wirkung der RaphaelsMusik® in Kombination mit einer ausgewählten Bewegungsfolge für ältere Menschen (nach Prof. Dr. Schöllhorn) auf das Wohlbefinden von Teilnehmerinnen und Teilnehmern an einem Pflege-Urlaub und
2. die Akzeptanz und Auswirkungen des Pflegeurlaubs in den teilnehmenden Einrichtungen/Hotels.

### Grundgesamtheit

	Kunde
Befragungszeitraum	2014 bis 2016
Ausgefüllte Fragebögen	60

Zeile "Ausgefüllte Fragebögen": Inklusive Abbrecher.

### Spalte "N" und "H"

Die Spalte "N" gibt an, wie viele Personen die jeweilige Frage bzw. Fragen beantwortet haben. Die Spalte "H" gibt an, wie häufig die jeweilige Antwortmöglichkeit ausgewählt wurde.

### Datenschutz

Aus Datenschutzgründen werden in den Tabellen keine Ergebnisse angezeigt, wenn nicht mindestens fünf Testteilnehmer die jeweilige Frage beantwortet haben.

### Mittelwert

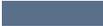
Die Spalte "Kunde" zeigt den Mittelwert aller Antworten zu der jeweiligen Fragestellung. Die Antwortskala steht jeweils am Ende einer Ergebnistabelle und zeigt an wie die Zahl zu interpretieren ist.

## Verteilung

Die Spalte "Verteilung" zeigt die prozentuale Verteilung aller Antworten zu der jeweiligen Fragestellung. Die Balkenbreite visualisiert den Anteil. Die Antwortskala steht jeweils am Ende einer Ergebnistabelle und zeigt wie die Farbe der einzelnen Balken zu interpretieren ist. Die grünen Balken stehen grundsätzlich für eine positive Bewertung die orangen und roten Balken eine negative Bewertung.

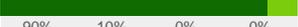
## 2. Urlaubsaspekte

### Art der Teilnahme

	Kunde	H
Teilnahme als Angehöriger	 35%	21
Teilnahme als Pflegebedürftiger	 40%	24
Sonstige Teilnahme	 25%	15

H = Häufigkeit

### Zufriedenheit mit der Unterkunft

	Kunde	Verteilung	N
Zimmer war sauber	1,1	 90% 10% 0% 0%	60
Personal war freundlich	1,1	 90% 10% 0% 0%	60
Qualität der Speisen und Getränke war gut	1,1	 88% 12% 0% 0%	60

Skala:  1: Stimme voll zu  2: Stimme zu  3: Stimme nicht zu  4: Stimme gar nicht zu

### 3. Bedeutung RaphaelsMusik und sanfte Bewegung

#### Bedeutung RaphaelsMusik

	Kunde	Verteilung	N
Musik habe ich als Stärkend empfunden	1,8	35% 50% 13% 2%	60
Musik hat geholfen zu entspannen	1,6	52% 42% 5% 2%	60
Musik wirkte beruhigend	1,5	55% 38% 5% 2%	60
Musik hat Wohlbefinden während des Urlaubs gefördert	1,6	47% 48% 3% 2%	60

Skala: 1: Stimme voll zu 2: Stimme zu 3: Stimme nicht zu 4: Stimme gar nicht zu

#### Teilnahme am Bewegungsprogramm

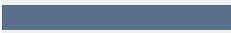
	Kunde	H
Ja	51%	23
Nein	49%	22

#### Bewegungsprogramm besser mit oder ohne Musik

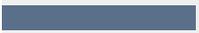
	Kunde	H
Mit Musik	83%	19
Ohne Musik	0%	0
Mit und ohne Musik gleich gut	4%	1
Nicht beurteilbar, da Bewegung immer mit Musik war	13%	3
Nicht beurteilbar, da Bewegung immer ohne Musik war	0%	0

## 4. Prävention

### Zuhause Musik hören

	Kunde	H
Ja	 78%	47
Nein	 22%	13

### Zuhause Bewegungsprogramm weiterführen

	Kunde	H
Ja	 65%	15
Nein	 35%	8

## 5. Stresslevel nach dem Urlaub

### Stressindikatoren (in den letzten 14 Tagen)

	Kunde	Verteilung	N
Abschalten fiel schwer	0,6	 52% 42% 5% 2%	60
Neigung zu Überreaktionen	0,4	 58% 40% 2% 0%	60
Sich schnell aufregen	0,6	 52% 40% 7% 2%	60
Entspannen fiel schwer	0,5	 62% 32% 0% 7%	60
Ziemlich empfindlich sein	0,5	 55% 42% 2% 2%	60

Skala:  0: Gar nicht 1: Manchmal 2: Ziemlich oft 3: Die meiste Zeit

## Stressindikatoren (in den letzten 14 Tagen)

	Kunde	Verteilung	N
Unterbrechungen schwer ertragen können	0,4	62% 38% 0% 0%	60
Sich ausgebrannt fühlen	0,2	80% 18% 2% 0%	60
Mit den Nerven am Ende sein	0,3	72% 23% 5% 0%	60
Unter Burnout leiden	0,1	90% 8% 2% 0%	60

Skala: 0: Gar nicht 1: Manchmal 2: Ziemlich oft 3: Die meiste Zeit

## Zufriedenheit mit dem Gesundheitsurlaub

	Kunde	Verteilung	N
Zufriedenheit Urlaub	1,3	74% 19% 5% 2%	43

Skala: 1: Voll und ganz 2: Eher ja 3: Teils/teils 4: Eher nein

## Würden Sie den Gesundheitsurlaub Freunden oder Bekannten weiterempfehlen?

	Kunde	H
Ja	96%	43
Nein	4%	2

## Würden Sie sich wieder für einen Gesundheitsurlaub entscheiden?

	Kunde	H
Ja	96%	43
Nein	4%	2

## 6. Weitergehende Informationen

### Projektbeschreibung

Der ganzheitliche Pflegeurlaub „Fit für den Alltag“ mit tiefenentspannender RaphaelsMusik® für Pflegebedürftige und ihre pflegenden Angehörigen ist ein Innovationsprojekt des Landes Nordrhein-Westfalen und steht unter dem Motto „Gesund in NRW“.

Es ist das Anliegen der Projektentwickler das Thema Musik im Gesundheitswesen mit neuen Ideen zu ergänzen und zu bereichern sowie weitere Angebote mit tiefenentspannender Musik und sanfter Bewegung einzubringen. Hierzu wurde die Marke RaphaelsMusik® entwickelt, die auch Grundlage für weitere Gesundheitsprojekte sein soll. Für den pflegebedürftigen Urlaubsgast stehen drei moderne Seniorenzentren im Teutoburger Wald zur Auswahl. Der pflegende Angehörige verbringt seinen Urlaub in einem nahegelegenen Drei-Sterne-Hotel.

Die Urlaubsangebote mit tiefenentspannender RaphaelsMusik® und einem sanften Trainingsprogramm nach Prof. Schöllhorn, Universität Mainz, sollen die Urlaubsgäste dabei unterstützen den Stress zu reduzieren und das Wohlbefinden zu stärken.

Dieses Programm wurde gemeinsam mit der Universität Mainz entwickelt, es verbindet jahrtausende altes Wissen über die Wirkungen von Musik und Bewegung mit den modernen Erkenntnissen der Medizin und der Stressforschung.

Die Durchführung und Auswertung der studienbegleitenden Befragung wurde vom Institut medicaltex aus München vorgenommen.

### Projektpartner

1. RaphaelsMusik®, Projektentwickler Manuela Baumann, Willibald Dommes, Am Kahlen Berge 3, 32108 Bad Salzuflen
2. Sankt Raphael -Werte leben e.V., Thomas Kraus, Susanne Huchzermeier, Am Kahlen Berge 3, 32108 Bad Salzuflen
3. Philipp-Melanchthon-Zentrum, Auf der Mühlenstätte 25, 33014 Bad Driburg
4. Hotel Eggenwirth, Mühlenstr. 17, 33014 Bad Driburg
5. Hotel Erika Stratmann, Brunnenstr. 4, 33014 Bad Driburg
5. SeniorenZentrum Am Markt, Heerstr. 33, 32805 Horn-Bad Meinberg
6. Landhotel Haus Weber, Hasenwinkel 4, 32805 Horn-Bad Meinberg
7. Altenzentrum Bethesda, Moltkestr. 22, 32105 Bad Salzuflen
8. Ministerium für Wirtschaft, Energie, Industrie, Mittelstand und Handwerk des Landes Nordrhein-Westfalen
9. Präventionswerkstatt NRW, Teutoburger Wald Tourismus e.V., Fachbereich Ostwestfalen-Lippe GmbH, Markus Backes
10. Johannes-Gutenberg-Universität Mainz, Prof. Dr. W. Schöllhorn
11. medicaltex GmbH, Gollierstr. 23, 80339 München, Dr. Klaus Bäcker

## Bewertung der Studie

Der ganzheitliche Pflegeurlaub "Fit für den Alltag" ist insgesamt bei den 60 Personen, die den Fragebogen vor und nach dem Aufenthalt ausgefüllt haben sehr positiv bewertet worden. Alle gewählten Stressindikatoren konnten wesentlich verbessert werden, so dass beispielsweise nach dem Aufenthalt sich nur noch 2% der Umfrageteilnehmer als "Ausgebrannt" erlebten, im Vergleich zu 37% vor dem Pflegeurlaub.

Die Musik wurde als wichtiges Element für die Entspannung bewertet und für 95 % der Umfrageteilnehmer hat die Musik das Wohlbefinden während des Urlaubs gesteigert. Dieses Ergebnis legt nahe, dass es vielseitige Anwendungsmöglichkeiten für die tiefenentspannende RaphaelsMusik® geben kann.

Das Bewegungsprogramm wurde von der Hälfte der Umfrageteilnehmer (51%) wahrgenommen und 83 % erlebten das Bewegungsprogramm mit Musik besser als ohne. Beide Maßnahmen wollen die Mehrzahl der Umfrageteilnehmer präventiv zu Hause weiterführen (Musik 78%, Bewegung 65%).

Die Hotelleistungen wurden insgesamt sehr positiv bewertet.

Die Gesamtzufriedenheit zeigt sich in der hohen Weiterempfehlungsquote von 96% und der Tatsache, dass sich 96 % der Umfrageteilnehmer wieder für den Pflegeurlaub entscheiden würden.