





2025:
580
MILLIARDEN EURO
FÜR DEN REPARATURBETRIEB GESUNDHEIT

VIEL GELD. IMMER NOCH ZU VIELE BAUSTELLEN.

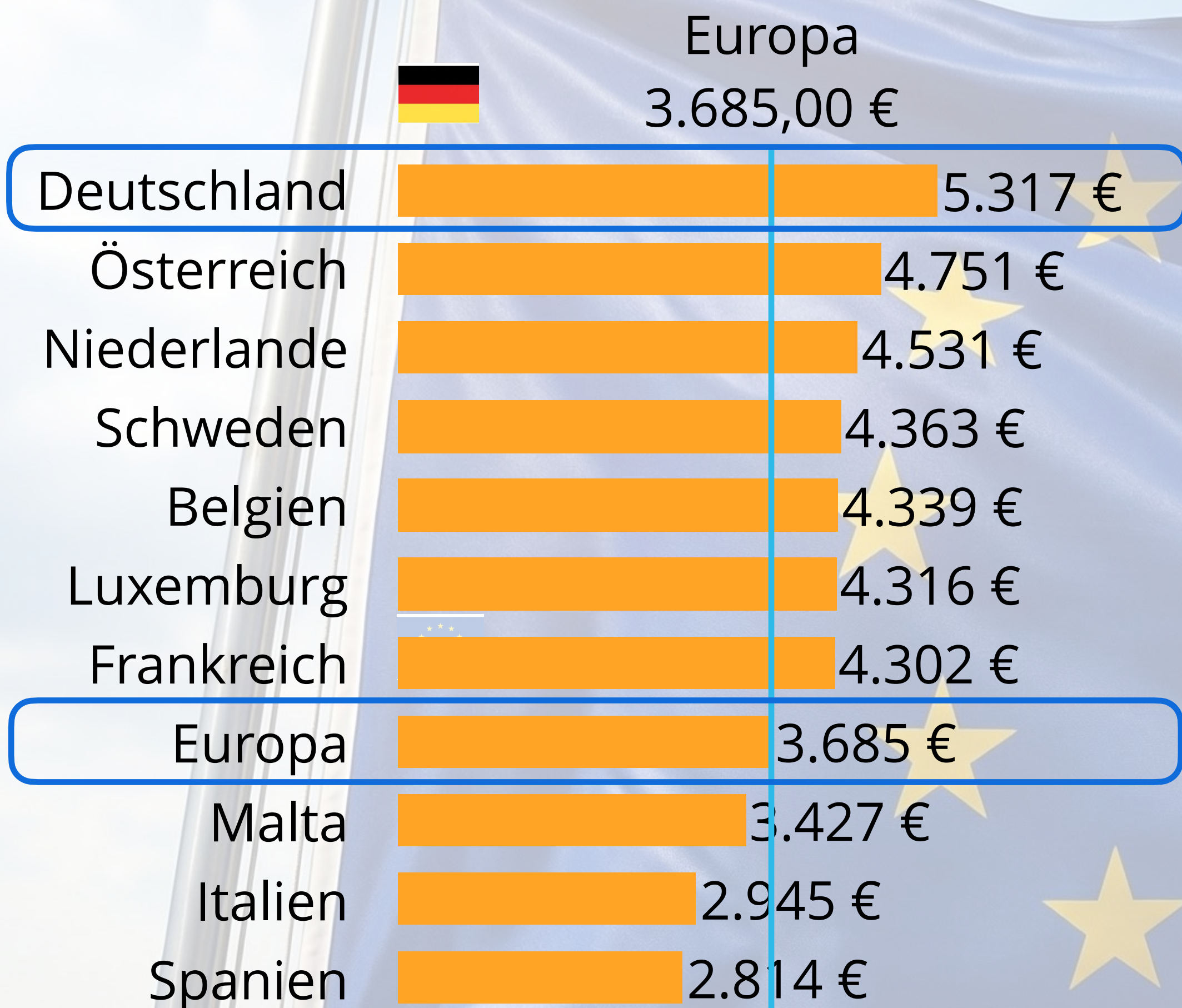


Gesundheitsausgaben in Millionen Euro						
Merkmale	2021	2022	2023	2024	2025 ¹	2025 ²
Ausgaben für insgesamt	476.246	499.872	500.267	538.207	579.506	
Öffentliche Haushalte	44.422	50.253	26.449	26.186	28.310	
Gesetzliche Krankenversicherung	215.163	215.397	279.082	300.831	324.503	
Soziale Pflegeversicherung	51.663	57.704	58.112	64.656	72.120	
Gesetzliche Rentenversicherung	5.056	5.239	5.799	6.440	6.859	
Gesetzliche Unfallversicherung ³	6.269	6.498	6.975	7.364	7.766	
Private Krankenversicherung	16.727	38.567	40.800	44.810	47.911	
Arbeitgeber	18.457	19.384	21.360	22.965	24.387	
Private Haushalte und private Organisationen ohne Erwerbszweck	18.289	56.890	61.829	64.956	67.749	

1: Auf Basis bereits verfügbarer und fortgeschrittener Werte geschätzt.
2: 2024 verfügbarer Wert.
Die Tabelle zum Thema "Gesundheitsausgaben nach Ausgabestellen in Millionen Euro" mit weiteren Informationen findet sich auch im Informationssystem der Gesundheitsberichterstattung.

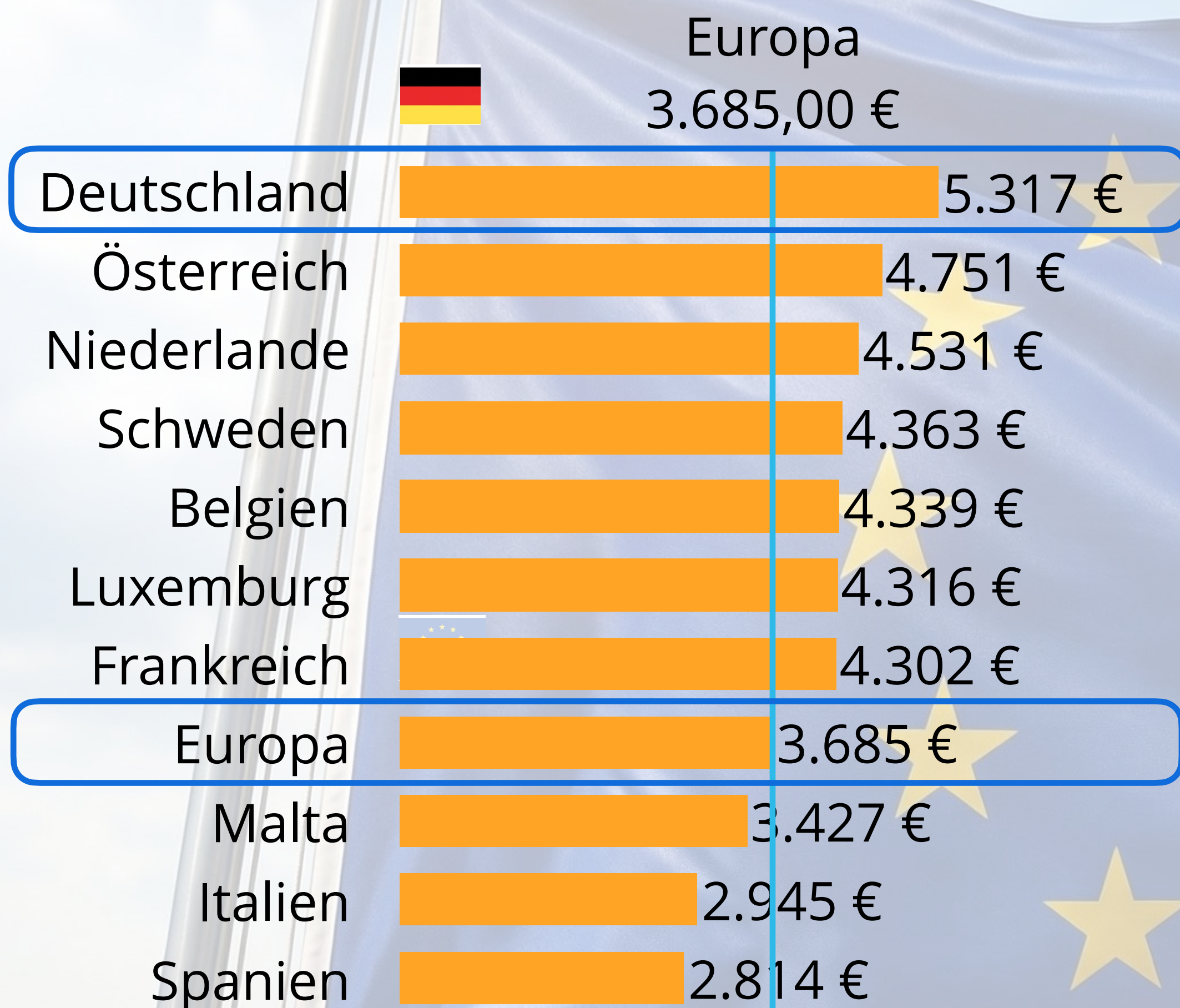


Ausgaben pro Kopf

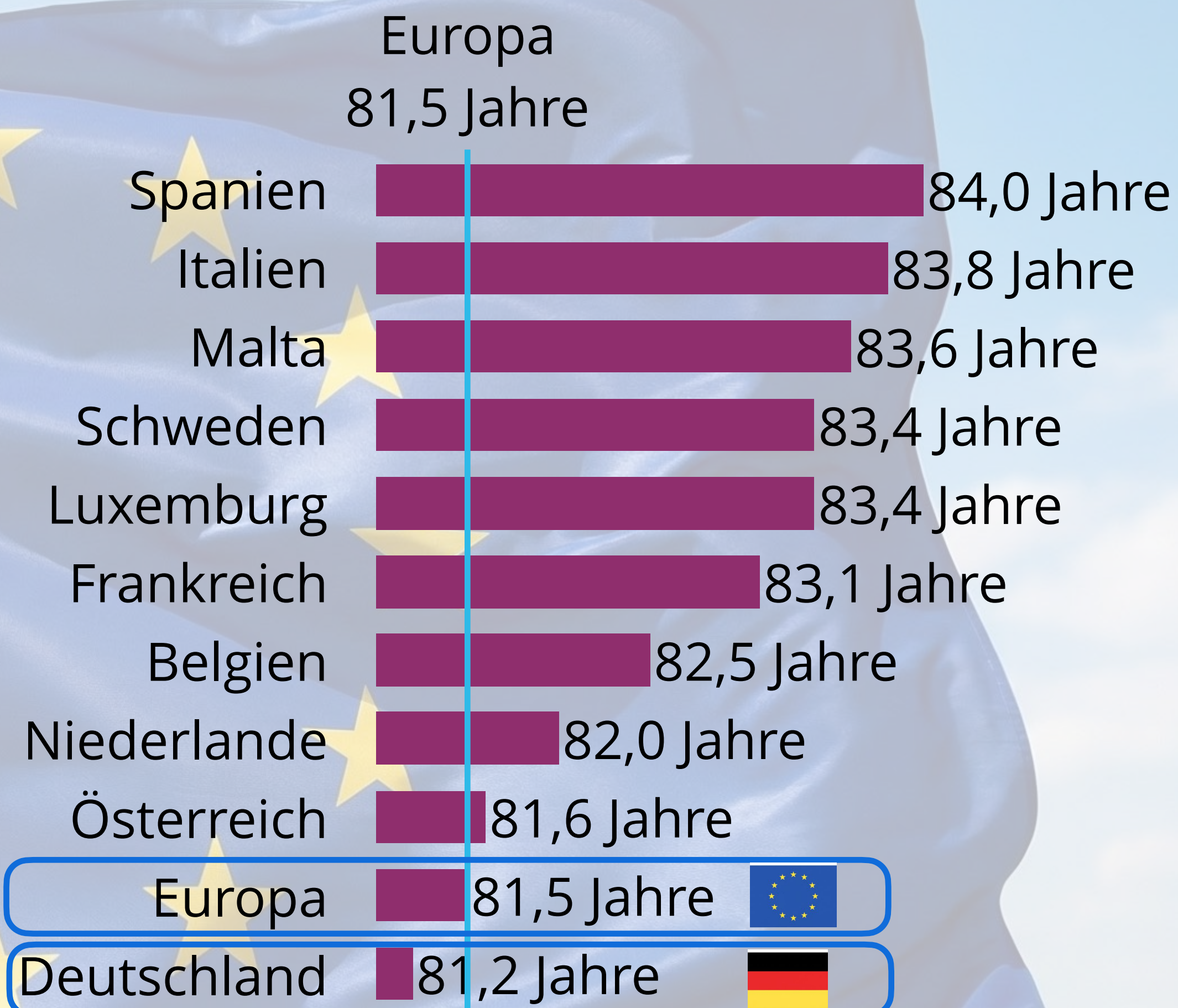




Ausgaben pro Kopf



Ø Lebenserwartung





A large crowd of people, seen from above, standing on a white surface. They are arranged to form the geographical shape of Germany. The people are diverse in age and appearance, and their shadows are cast on the ground.

686 MIO. €

FÜR 84 MIO. MENSCHEN

=

8 EURO

PRO MENSCH
FÜR PRÄVENTION
PRO JAHR



1

**Knie-OP
(Knie-TEP)**

ca. **12.000 €**



2

**Hüft-OP
(Hüft-TEP)**

ca. **11.500 €**



3

**Oberschenkelhalsbruch
(Hüftnahe Fraktur)**

ca. **11.000 €**



4

**Bandscheiben-/
Wirbelsäulen-OP**

ca. **9.000 €**



5

**Schulter-OP
(Rotatorenmanschette)**

ca. **6.000 €**



6

**Sturzbedingte Fraktur
(z. B. Handgelenk/Unterarm)**

ca. **5.000 €**



7

**Adipositas-Therapie mit
GLP-1-/Abnehmspritzen**

ca. **3.600 € / Jahr**



Prävention in der ambulanten Pflege

Wir bringen Licht in den Pflege-Dschungel



Wird der neue

§ 5.1a zum

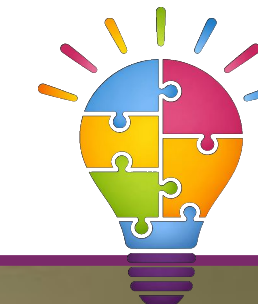


GAMECHANGER

für das SGB XI?

© Pflege-Dschungel.de





HÄUSLICHE UMGEBUNG
PRÄVENTION FÜR ANGEHÖRIGE
UND PFLEGEBEDÜRFTIGE

STATIONÄRES PFLEGEHEIM
PRÄVENTION FÜR BEWOHNERINNEN
UND BEWOHNER

DIE PFLEGEVERSICHERUNG
INVESTIERT

41
CENT

PRO VERSICHERTEN

= über 34. Mio. €





HÄUSLICHE UMGEBUNG PRÄVENTION FÜR ANGEHÖRIGE UND PFLEGEBEDÜRFTIGE

Leitfaden Prävention

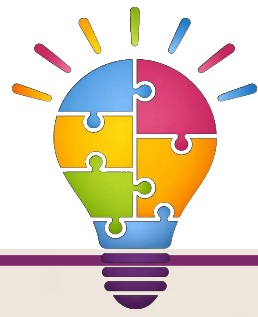
in stationären Pflegeeinrichtungen nach § 5 SGB XI
in der Fassung vom 28.09.2023

In Zusammenarbeit mit den Verbänden der Pflegekassen auf Bundesebene



STATIONÄRES PFLEGEHEIM PRÄVENTION FÜR BEWOHNERINNEN UND BEWOHNER

BEWEGUNG
STÄRKT.
GEMEINSCHAFT
VERBINDET.



Jahr	tatsächliche Ausgaben	vollstationär erreichte Personen	rechnerisch je Person
2018	9,90 Mio. €	34.417	288 €
2019	17,59 Mio. €	65.891	267 €
2020	15,34 Mio. €	42.264	363 €
2021	16,29 Mio. €	45.234	360 €
2022	18,46 Mio. €	74.997	246 €
2023	20,13 Mio. €	80.905	249 €
2024	25,09 Mio. €	82.720	303 €



Angesparte Reserve 2026 über 100. Mio. €





§ 5.1 a SGB XI – Die drei wesentlichen Säulen



1

Bedarfserhebung

hinsichtlich präventiver und gesundheitsfördernder Maßnahmen



2

Fachliche Beratung

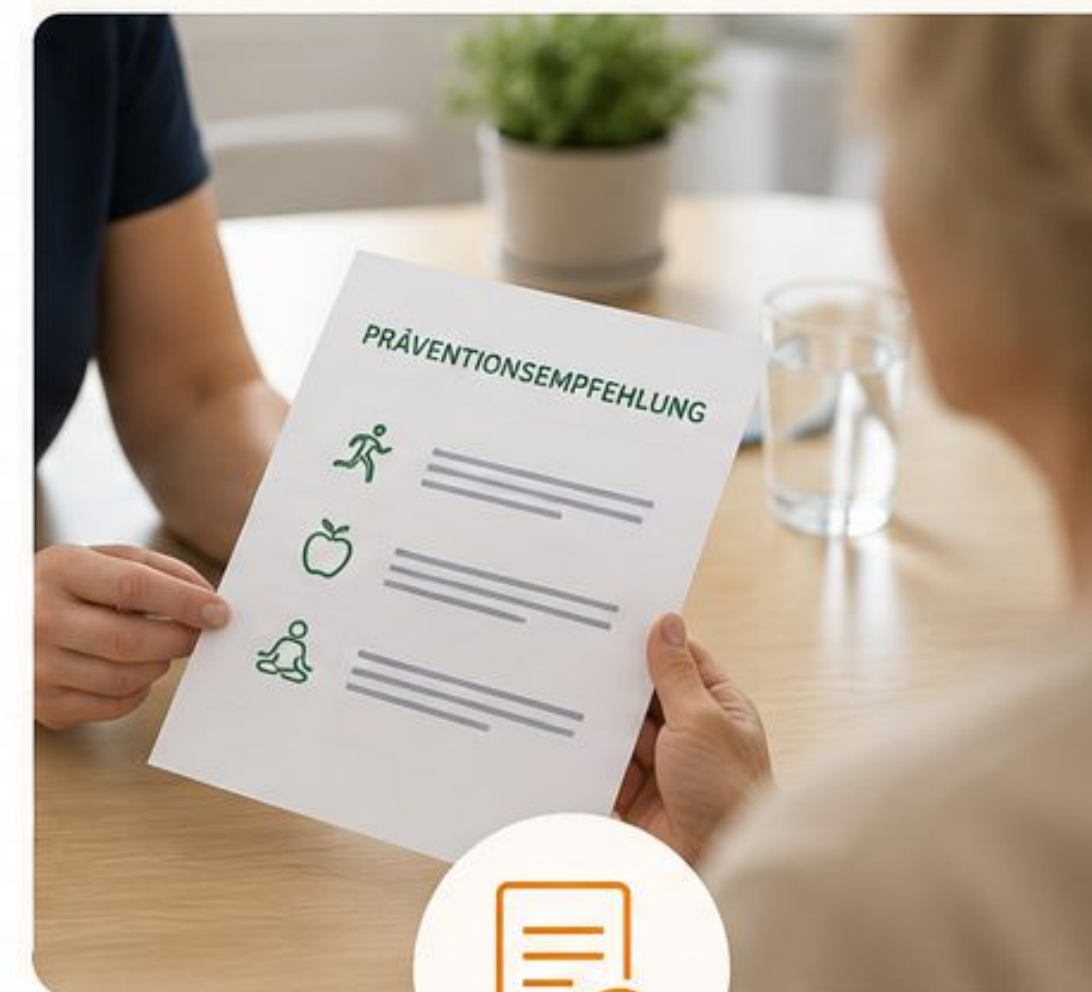
zur Information und Sensibilisierung der Versicherten, ihrer Angehörigen und Pflegepersonen über Möglichkeiten der Gesundheitsförderung und Prävention



3

Präventionsempfehlung

durch Pflegefachpersonen oder durch gemäß § 7a Absatz 3 Satz 2 qualifizierte Pflegeberaterinnen und Pflegeberater





PRÄVENTIONSKURSE NACH § 20 SGB V FÜR SENIOREN – GESUNDHEITLICHE VORSORGE

 **ONLINE & OFFLINE KURSE** 



BEWEGUNG
z. B. Rückenfit,
Gymnastik, Balance



ENTSPANNUNG
z. B. Stressbewältigung,
Achtsamkeit, Yoga



**MENTALE
GESUNDHEIT**
z. B. Gedächtnistraining,
Resilienz, Wohlbefinden



**SOZIALES
WOHLBEFINDEN**
z. B. Austausch,
Gemeinschaft, Aktiv im Alter



ERNÄHRUNG
z. B. Gesunde Ernährung,
Genussvoll essen



Wichtig: Die Erstattung erfolgt in der Regel nach Einreichung der Teilnahmebescheinigung bei Ihrer Krankenkasse.



Finden Sie Ihren Gesundheitskurs!

Schön, dass Sie etwas für Ihre Gesundheit tun möchten! Hier finden Sie das passende Angebot. In unserer Kursdatenbank sind eine Vielzahl qualitätsgeprüfter Gesundheitskurse, die ausschließlich von qualifizierten Fachleuten geleitet werden.

Thema

Wählen Sie eines der Themen aus, die Sie interessieren, um passende Präventionsangebote zu finden.

Auswahl der Angebotsform

- ☐ Bewegung
- ☐ Stressmanagement / Entspannung
 - ☐ Multimodales Stress- und Ressourcenmanagement
 - ☐ Autogenes Training
 - ☐ Progressive Muskelrelaxation
 - ☐ Förderung des gesunden Schlafes
 - ☐ Hatha Yoga





Kann ich als Pflegeberater Präventionskurse anbieten?

✓ Theoretisch: JA | ⚠ Aber: nur unter bestimmten Rahmenbedingungen!



Wichtige Rahmenbedingungen (Auswahl)

	Qualifikation Z. B. anerkannte Ausbildung im Gesundheitsbereich		Kurskonzept Nach den Leitfäden Prävention der Krankenkassen		Durchführung Min. 8–12 Teilnehmer, regelmäßige Termine, Dokumentation		Räumlichkeiten Geeignete, sichere und barrierearme Räume		Qualitätssicherung Kontinuierliche Evaluation und Weiterbildung
--	---	--	---	--	---	--	--	--	---



Fazit: Ja, als Pflegeberater können Sie Präventionskurse anbieten – aber nur mit einer ZPP-Zertifizierung und unter Erfüllung aller Vorgaben.





10 | Ambulant

care konkret.
DIE WOCHENZEITUNG FÜR DIE PFLEGEBRANCHE

care konkret | Ausgabe 46 | 14.9.2025

2026 wird ein Wendepunkt

Die Einführung des § 5 Abs. 1a SGB XI durch das BEEP könnte ein Wendepunkt für das Pflegesystem sein. Damit die aktive Prävention ihr Potenzial entfaltet, muss aber konsequent gehandelt werden.

Von Hendrik Jochenauer

Die Pflege in Deutschland steht an einem wichtigen Wendepunkt. Mit dem Gesetz zur Reform der Pflegeversicherung und der Einführung des § 5 Abs. 1a SGB XI könnte ein neues Kapitel beginnen. Es ist die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Was bislang vorwiegend eine Empfehlung war, dürfte künftig Teil der pflegerischen Verantwortung werden – zusammen mit der GKV-Spitzenverbände und der GKV-Spitzenverbände.



100 Millionen pflegende Angehörige könnten für Präventionsmaßnahmen sensibilisiert werden. Foto: pixabay.com

Parallel scheint die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Angriffen des demographischen Drucks, der Fachkräftemangel und der Finanzierungslücken vor der großen Reform 2026 in der Pflegeversicherung Option mehr, sondern eine strategische Notwendigkeit zur Stabilisierung des Systems. Prävention im Sozialrecht war lange ein Stiefkind der Pflege. Während § 20 SGB XI Vorrang „30 Jahre Präventionsarbeit“ in der Pflegeversicherung ist, ist die Präventionsleistung für Versicherte abnehmend und der bisherige § 5 SGB XI sich auf stationäre Versorgung beschränkt. Nach der häuslichen Pflege wird zunehmend erforderlich.

30 Jahre lang dominierte eine „passive“ Prävention: Hausarzt, Triage, Krankenhaus, dann Rehabilitation. Diese „Reparaturmedizin“ reduzierte Defizite, wenn Ressourcen es erlaubten. Die sogenannte Personalwirtschaft hat sich auf aktive Prävention. Es geht um eine gesundheitsfördernde, präventive Pflege, die Pflegefähigkeiten nicht nur

verbessert, sondern die aktiv einsetzbar sind. Das Potenzial liegt darin, Versorgungsergebnisse und Lebensqualität gleichzeitig zu steigern.

Der Kern des Wandels liegt im neuen § 5 Abs. 1a SGB XI. Er definiert klar Zuständigkeiten und Prozessketten, um Präventionspotenziale optimal zu erschließen. Pflegefachpersonen in anderen Pflegeberufen rücken in den Mittelpunkt und werden zu einem zentralen Element der häuslichen Pflege. Das Personal ist klar definiert:

1. eine Bedarfsermittlung hinsichtlich präventiver und gesundheitsfördernder Maßnahmen,
2. die fachliche Beratung zur Information und Sensibilisierung der Versicherten, der Angehörigen und Pflegepersonen über Möglichkeiten der Gesundheitsförderung und Prävention, und
3. eine Präventionsempfehlung.

Entscheidend für die Praxis wird dabei sein, wie niedrigschwellig die Präventionsmaßnahmen nach § 20 Abs. 4 SGB XI durch die Familien gesteuert werden können.



„Der Kern des Wandels liegt im neuen § 5 Abs. 1a SGB XI. Er definiert klar Zuständigkeiten und Prozessketten, um Präventionspotenziale optimal zu erschließen.“

Hendrik Jochenauer
Autor: H. Jochenauer

wenden können. Lediglich ein zentraler Kern mit klaren Zuständigkeiten und Prozessketten ist erforderlich, um ein abgestimmtes Kapitel des häuslichen Pflegegesetzes zu gestalten. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Die GKV-Spitzenverbände und die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Die GKV-Spitzenverbände und die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Die GKV-Spitzenverbände und die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Die GKV-Spitzenverbände und die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Die GKV-Spitzenverbände und die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Die GKV-Spitzenverbände und die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Die GKV-Spitzenverbände und die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Die GKV-Spitzenverbände und die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Die GKV-Spitzenverbände und die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Die GKV-Spitzenverbände und die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Die GKV-Spitzenverbände und die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Die GKV-Spitzenverbände und die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Die GKV-Spitzenverbände und die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Die GKV-Spitzenverbände und die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

Die GKV-Spitzenverbände und die Bundes-Länder-Gruppe „Fachexperten Pflege“ derzeit an weiteren konkreten Vorschlägen, wie Prävention als Leistung der häuslichen Pflege verankert werden kann. Der erste Entwurf, der im Juni 2024 vorgelegt wurde, könnte ein wichtiger Baustein sein, ob dieser Ansatz tatsächlich zum Systemwechsel führt oder nur in der Pflegeforschung verbleibt.

IN KÜRZE

Deutsche veröffentlicht Handreichung zur ePA

Die Deutsche Gesellschaft für Geriatrie (DGG) hat gemeinsam mit verschiedenen Partnern eine neue Handreichung zur elektronischen Patientenakte (ePA) veröffentlicht. Sie erklärt in klaren Sprache die Registrierung in der elektronischen Patientenakte, die darauf zu beachtende Punkte von Pflegepersonal und die Einbindung von Versorgungsteams. Durch diese Handreichung soll das Verständnis für die ePA verbessert werden. Die Handreichung ist als Broschüre und als PDF-Datei verfügbar. Sie ist unter <https://www.dgg-geriatrie.de/deutsche-veroeffentlicht-handreichung-zur-epa> heruntergeladen.

Pflege durch Angehörige

100 Millionen Euro wert

Laut dem Statistischen Bundesamt (Destatis) beträgt der Wert der häuslichen Pflege durch Angehörige in Deutschland 100 Milliarden Euro. Das ist ein Anstieg um 10 Prozent gegenüber dem Jahr 2020. Der Wert der häuslichen Pflege durch Angehörige ist ein wichtiger Indikator für die soziale Lage eines Landes. Er zeigt, wie viel Geld die Familien für die Pflege ihrer Angehörigen ausgeben. Der Wert der häuslichen Pflege durch Angehörige ist ein wichtiger Indikator für die soziale Lage eines Landes. Er zeigt, wie viel Geld die Familien für die Pflege ihrer Angehörigen ausgeben.

Digitale Optimierung des

Stützpunkts wird angestrebt

Mit der Umsetzung der Digitalisierungsstrategie der Bundesregierung wird angestrebt, die häusliche Pflege zu optimieren. Dies geschieht durch die Digitalisierung der Pflegeprozesse. Die Digitalisierung der Pflegeprozesse ist ein wichtiger Schritt zur Optimierung der häuslichen Pflege. Sie ermöglicht es, die Pflegeprozesse zu automatisieren und die Pflegequalität zu verbessern.

Präventionsthemen

Diese sieben Themen fördern Gesundheit und Lebensqualität in der häuslichen Pflege:

1. **Mutualität:** Reduziert Belastung und erhöht Eigenaktivität.
2. **Bewegung:** Fördert Kreislauf, Muskulatur und seelisches Wohlbefinden.
3. **Ernährung:** Unterstützt Immunsystem, Energie und Regenerationsfähigkeit.
4. **Stress und Resilienz:** Reduziert Belastung und erhöht innere Widerstandskraft.
5. **Wohlbefinden:** Fördert körperliche und emotionale Balance zu bewahren.
6. **Familiale Konflikte:** Fördert familiäre Kommunikation zu präventiven Themen und beugt Überforderung vor.
7. **Sensibilisierung:** Verbessert Bildung, Identität und Lebensorientierung.

10 | Ambulant

care konkret.
DIE WOCHENZEITUNG FÜR DIE PFLEGEBRANCHE

care konkret | Ausgabe 47 | 21.9.2025

Wie aktive Prozessbegleitung die Prävention verankert

Die Prävention in der häuslichen Pflege steht vor einem Paradigmenwechsel: Es geht nicht mehr nur um Empfehlungen, sondern um deren aktive, begleitete Umsetzung.

Von Hendrik Jochenauer

Lebenstil, Ernährung, Bewegung und soziale Ressourcen können entscheidend verbessern werden, wenn Betroffene frühzeitig Zugang zu Präventionsleistungen erhalten und dabei aktiv unterstützt werden.“ – Dieser Satz aus der Gemeinsamen Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.



Stärkere Einbindung gehört zum Themafeld der Prävention. Foto: pixabay.com

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

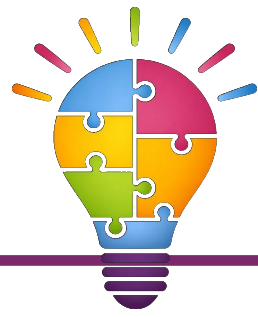
Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

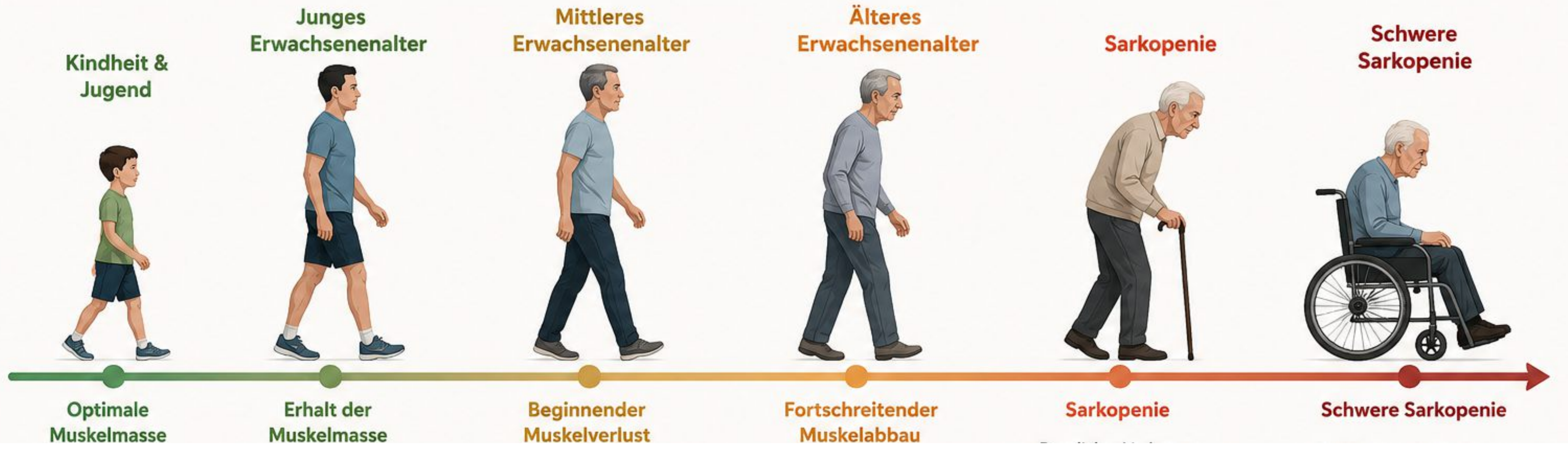
Die Gemeinsame Erklärung der Pflegefachpersonen und Pflegepersonen ist ein wichtiger Baustein für die aktive Prävention in der häuslichen Pflege. Er zeigt, dass die Prävention nicht nur eine Empfehlung ist, sondern eine aktive, begleitete Umsetzung.

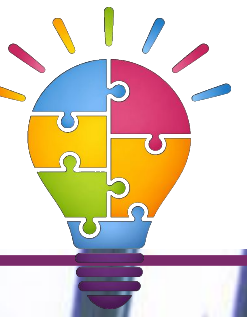




SARKOPENIE

Der fortlaufende Prozess des Muskelabbaus im Lebensverlauf

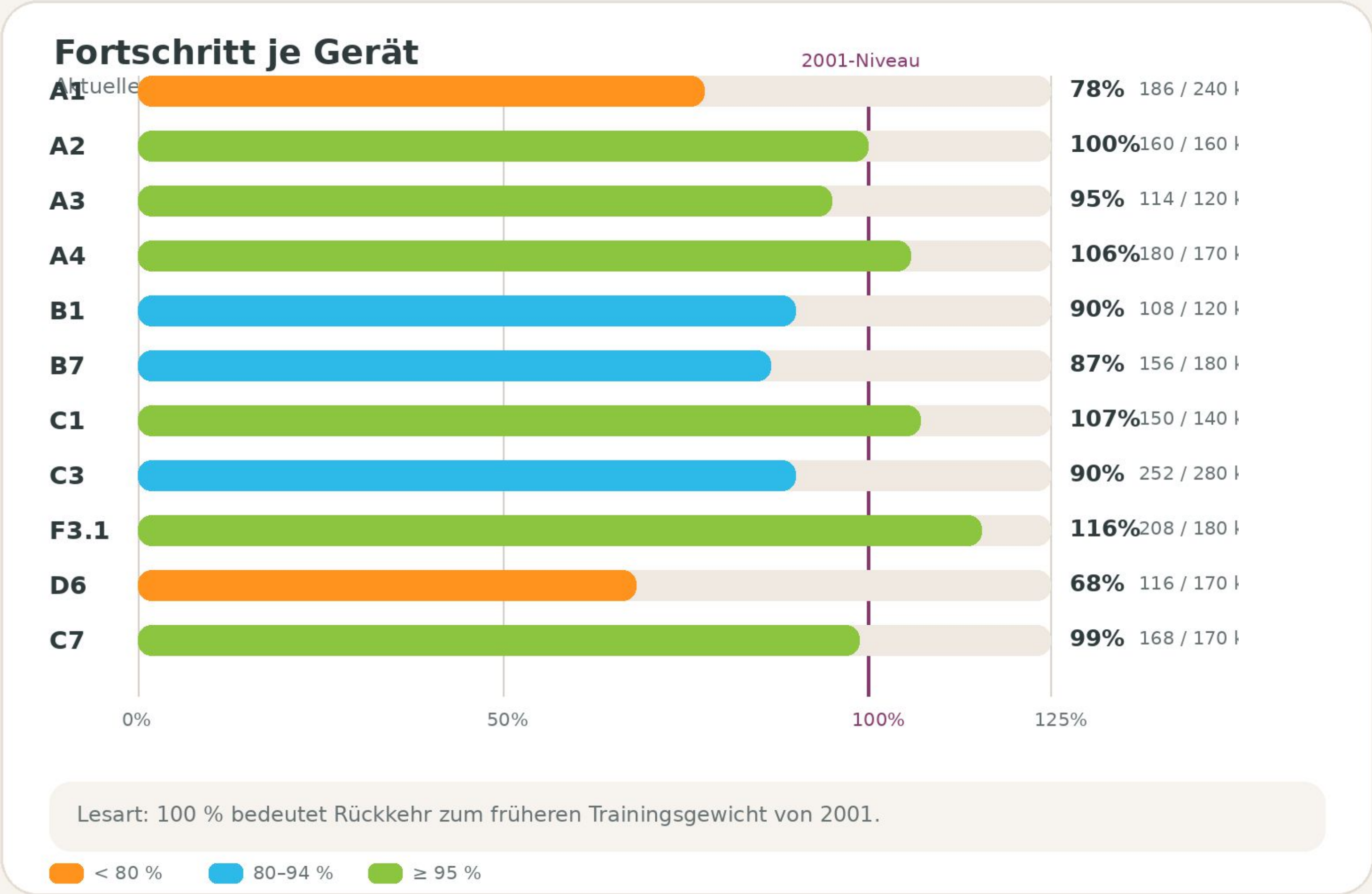






Mein Kraft-Comeback

Rückkehr zum 2001-Niveau je Gerät · Stand 26.05.2026





Mein Kraft-Comeback - Sarkopenie Go Home

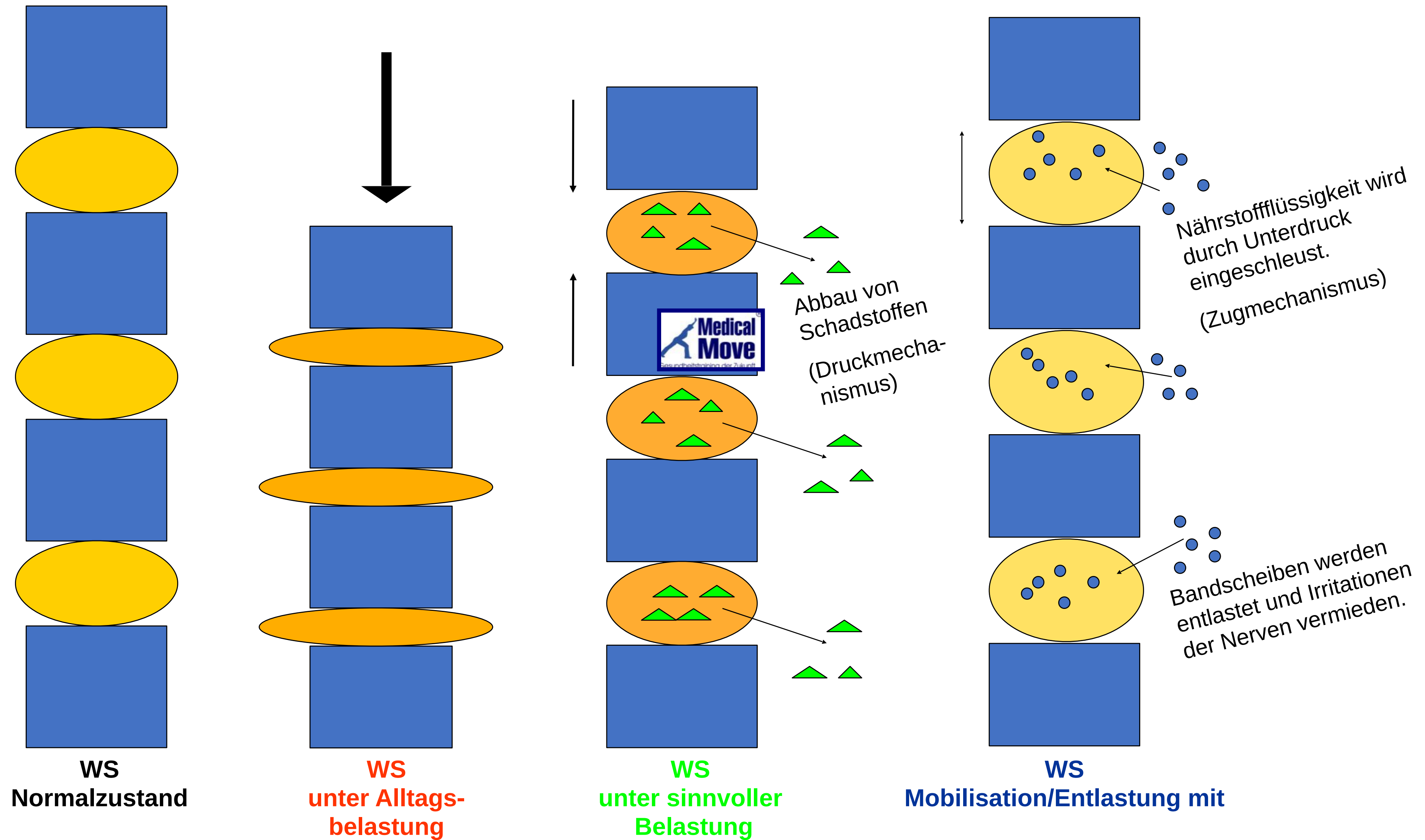
Entwicklung des durchschnittlichen Kraftniveaus über alle erfassten Geräte seit Januar 2026



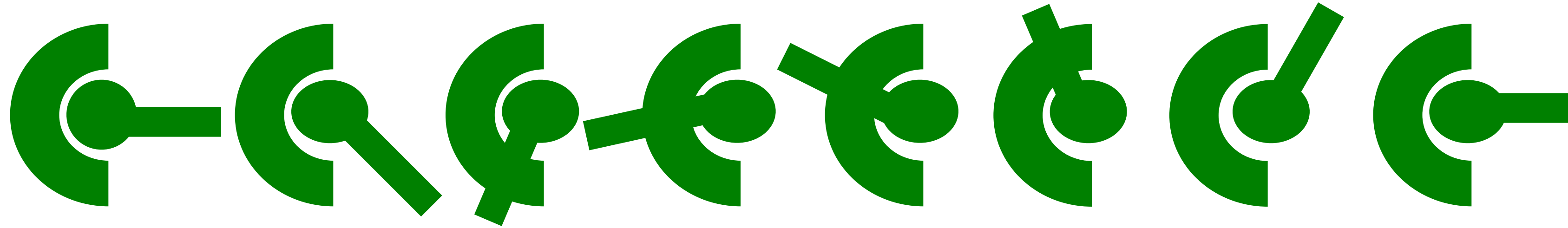
Zuwachs seit Trainingsstart: +56.1 Prozentpunkte

Hinweis: Index = Durchschnitt der Geräteleistungen in Prozent der angegebenen 2001-Ausgangswerte.

Stoffwechsel der Bandscheiben



Normale Bewegungsfähigkeit eines Kugelgelenkes



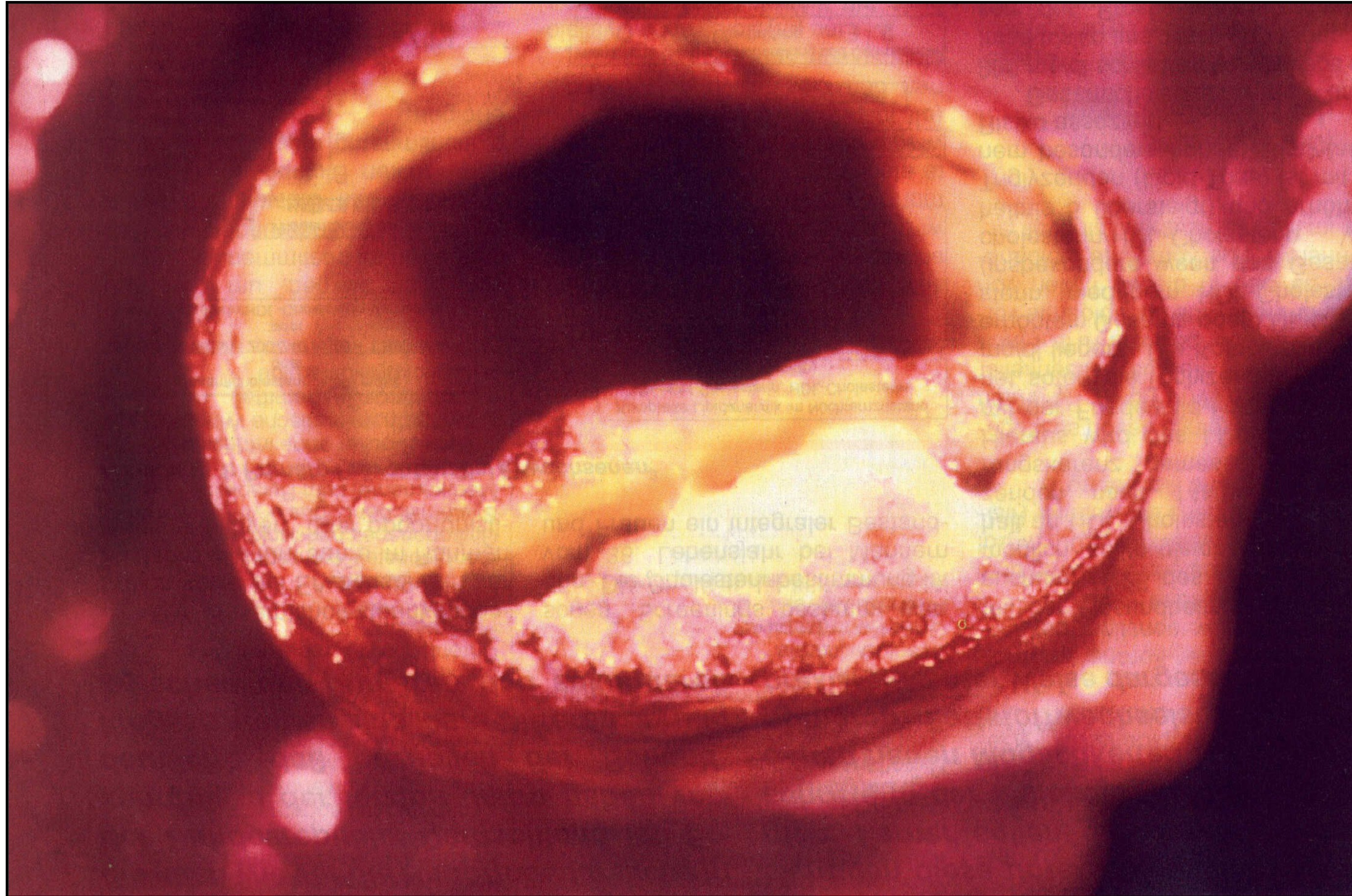
Einseitige Nutzung im Alltag



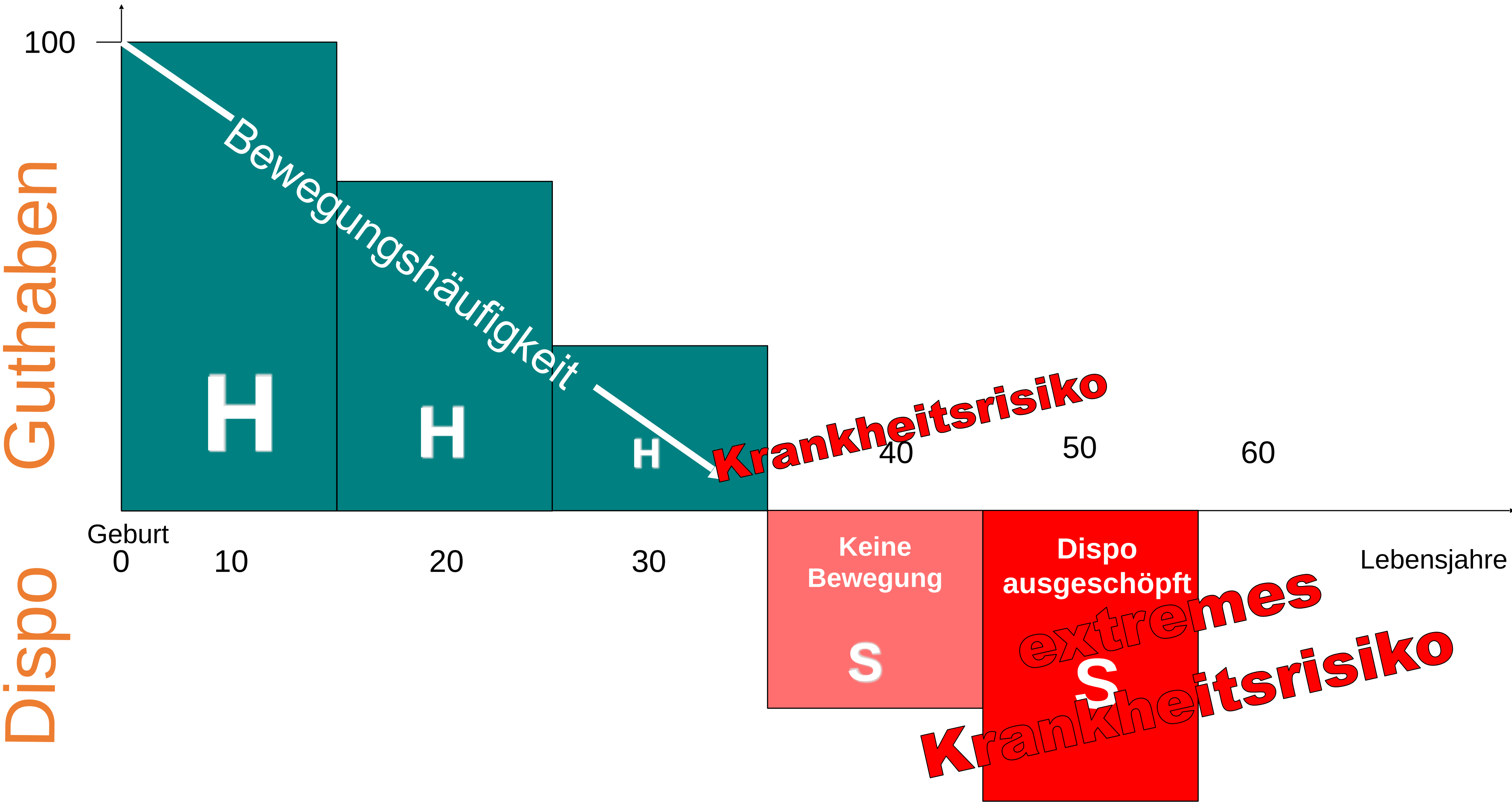
Flexibilität + Krafttraining mit



Das Blutgefäß



Wie geht es Ihrem Gesundheitskontostand ohne Medical Move® ?



Wie geht es Ihrem Gesundheitskontostand mit Medical Move® ?

