

Vogelbeobachtung fördert Lebenszufriedenheit

„Alle Vögel sind schon da“ heißt seit 2017 ein Präventionsprojekt des Landesbundes für Vogelschutz (LBV) Bayern, das sich an Seniorinnen und Senioren in vollstationären Pflegeeinrichtungen wendet. Es soll durch regelmäßige Vogelbeobachtung das Wohlbefinden und die Lebensqualität der dort lebenden älteren Menschen steigern. Die Katholische Universität Eichstätt-Ingolstadt (KU) hat das LBV-Projekt wissenschaftlich begleitet und bestätigt nun die Wirksamkeit.

„Unsere Daten zeigen, dass durch die Vogelbeobachtung besonders die kognitiven Ressourcen, die Mobilität und das soziale Wohlbefinden der Seniorinnen und Senioren gefördert werden“, so Prof. Elisabeth Kals, die das Projekt gemeinsam mit Dr. Susanne Freund geleitet hat. Bayernweit beteiligen sich derzeit 76 Pflegeeinrichtungen mit mehreren tausend Bewohner*innen am LBV-Präventionsprojekt. Nun wurde es bis Ende 2021 verlängert und soll in 60 weiteren Seniorenheimen für mehr Lebensqualität sorgen.

Seit Herbst 2017 stellt der LBV bayernweit Vogelfutterstationen in Seniorenheimen auf und bietet den Bewohner*innen Informations- und Beschäftigungsmaterial für die Vogelbeobachtung. Die wissenschaftlichen Ergebnisse der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt zeigen, dass dieses Naturerlebnis ältere Menschen unterstützt, geistig und körperlich aktiv zu bleiben. „Dass Vogelbeobachtung Freude und sogar ein klein wenig glücklicher macht, wussten wir bereits aus eigener Erfahrung. Nun kann der LBV wissenschaftlich belegen, dass durch die Vogelbeobachtung die Lebensqualität von Seniorinnen und Senioren verbessert wird – ein wunderbarer Erfolg“, sagt der LBV-Vorsitzende Dr. Norbert Schäffer.

Bayerns Gesundheits- und Pflegeministerin Melanie Huml unterstützt die Initiative des LBV. „Die Beobachtung von Vögeln bringt Abwechslung und Freude in den Alltag der Bewohnerinnen und Bewohner in stationären Pflegeeinrichtungen. Gelegenheit zu Beobachtung, Artenbestimmung und Fütterung von Vögeln bereichern deren persönliche Aktivitäten. Letztlich als aktive Begegnung mit der lebendigen Natur, die schöne Erinnerungen hervorrufen kann, die manch eine und manch einer vielleicht schon verloren glaubte“, betont Huml. „In einer Gruppe aktiv zu sein, fördert soziale Kontakte – das ist ein besonders wichtiger Einflussfaktor für die Gesundheit. Um den individuellen Wünschen pflegebedürftiger Mitmenschen gerecht zu werden, ist ein breites Angebotsspektrum notwendig. Das innovative Projekt des LBV geht hier neue Wege – sehr gerne unterstütze ich es als Schirmherrin“, fügt die Ministerin hinzu.

„Die wissenschaftliche Begleitstudie bestätigt nicht nur die Wirksamkeit für Senior*innen, sondern auch die Akzeptanz der Maßnahme bei den Betreuer*innen“, erklärt Patricia Zieris, die die Studie durchgeführt hat. Denn nur durch das Engagement und die Unterstützung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ist eine dauerhafte und erfolgreiche Nutzung der Maßnahme Vogelbeobachtung möglich. „Auch hier zeigt sich, dass das Präventionsprojekt nachweislich in den Einrichtungen voll und ganz akzeptiert wird“, so die LBV-Projektleiterin Kathrin Lichtenauer.

Neben der Beobachtung der Vögel beziehen die Betreuer*innen die Heimbewohner*innen auch beim Befüllen der Futterstationen mit ein und führen Gespräche über das gemeinsame Naturerlebnis. Viele ältere Mitmenschen verknüpfen mit den Vögeln frühere Erinnerungen. So können kognitive Ressourcen zum Beispiel bei an Demenz erkrankten Menschen wieder aktiviert werden. Svetlana

Karnaukh, Assistenz der Heimleitung im Altenheim Marienstift in München, berichtet: „Einer unser Bewohner verbringt ganze Nachmittage in der Nähe der Futterstation im Garten und beobachtet die Vögel. Er blüht sichtlich auf, wenn sie in seine Nähe kommen. Wenn ein Vogel gesichtet wird, gibt es immer viel Lachen und Freude.“

Die Corona-Pandemie stellte besonders Pflegeeinrichtungen vor Herausforderungen. Der LBV blieb auch in diesen Zeiten mit den Einrichtungen in Kontakt und fand Möglichkeiten die Vogelbeobachtung weiterhin zu ermöglichen. Das LBV-Projekt wird nach der dreijährigen Pilotphase und dem nun wissenschaftlich hinterlegten Erfolg bis Ende Dezember 2021 verlängert. Dies wird ermöglicht durch die Förderung von den Pflegekassen sowie der Stiftung Bayerisches Naturerbe. Damit heißt es für weitere 60 Pflegeeinrichtungen „Alle Vögel sind schon da!“

Hintergrundinformationen zur Begleitstudie

Für die wissenschaftliche Begleitstudie wurde in der dreijährigen Projektlaufzeit von 2017 bis 2020 eine umfangreiche Datengrundlage mit Befragungen von über 1.500 Bewohner*innen und über 300 Mitarbeiter*innen der Einrichtungen geschaffen. Die befragten Bewohner*innen waren mit einem Durchschnittsalter von 83 Jahren zwischen 40 und 106 Jahre alt. Knapp drei Viertel der Befragten waren weiblich. Außerdem konnten Personen aller Pflegegrade erfasst werden. Die Daten sind somit zu großen Teilen repräsentativ für die Situation in vollstationären Pflegeeinrichtungen in Bayern. Der gesamte Abschlussbericht kann eingesehen werden unter <http://www.lbv.de/allevoegel>.