

Im Gespräch mit der Praxis: Pflegeselbsthilfe im Fokus



Noémie Monteils, *Kuratorium Deutsche Altershilfe, Fach- und Koordinierungsstelle der Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz für das Landesnetz Pflegeselbsthilfe NRW*



Tina Stahlschmidt, *Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Märkischer Kreis*

am 20. September 2023



Gefördert von:

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN



Pflegeselbsthilfe – worüber sprechen wir?

(Selbst)organisierte Zusammenschlüsse von Personen, mit dem Ziel, gemeinsam etwas gegen gleiche Herausforderungen zu unternehmen.

- Selbsthilfe (SH) SGB V ≠ Pflegeselbsthilfe (PSH) SGB XI
 - Pflegeselbsthilfe nach SGB XI: Pflegende Angehörige im Fokus
 - Pflegeselbsthilfe seit 2013 mit eigenem Förderbudget in § 45d SGB XI verankert

Warum Pflegeselbsthilfe?

- Pflegende Angehörige übernehmen verschiedenste Aufgaben in unterschiedlichem Umfang
- Neben Pflegeaufgaben soziale und emotionale Herausforderungen
- Subjektive Unterstützungsbedarfe vor allem in den Bereichen (Bohnet-Joschko, 2020):
 1. Eigene Gesundheit
 2. Austausch mit Anderen
 3. Beruf und Pflege
 4. Finanzielles
 5. Auszeit

Pflegeselbsthilfe – was bewirkt sie?

- Erwerb von neuem Wissen
- Positive Emotionen durch Gemeinschaftsgefühl
- Auszeit vom Pflegealltag
- Ergänzung zu formellen Unterstützungsformen: Potenzial der Entlastung

Pflegeselbsthilfe in NRW

- Förderung des Landesnetz Pflegeselbsthilfe NRW seit 2017 durch Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales NRW und Träger der Pflegeversicherung NRW
- Bestehend aus 53 Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe (KoPS)
- Flächendeckend in jedem Kreis bzw. kreisfreier Stadt in NRW
- Ausbau der Pflegeselbsthilfeangebote und Zugänglichkeit zu diesen Angeboten verbessern

Pflegeselbsthilfe in NRW: Angebotsvielfalt

- Bedürfnisse von Pflegenden Angehörigen im Mittelpunkt der Pflegeselbsthilfe
- Unterschiedliche Unterstützungsbedarfe = Unterschiedliche Angebote
- Derzeit über 420 Pflegeselbsthilfegruppen
- Aktuell: Gesprächskreise, Cafés, Bewegungsgruppen, Kreativgruppen und Entspannungsgruppen
- Breite Angebotspalette: digitale Angebote, Yoga, in Fremdsprachen, für pflegende Eltern von Kindern mit Pflegegrad, betriebliche Gruppen

Pflegeselbsthilfe in NRW: Angebotsvielfalt

„Heute koch´ich!“ – Kochgruppe für Männer, deren Partnerinnen an Demenz erkrankt sind

44137 Dortmund

Weitergehende Informationen zu diesem Gruppenangebot erhalten Sie über das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe **Dortmund**.

Das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe **Dortmund** erreichen Sie telefonisch unter: **0231 18 99 89-54**

Thema: **Kreativ**
Region und Zielgruppe: **Dortmund, pflegende Angehörige**

Hier gelangen Sie zur **Übersicht aller Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe in Nordrhein-Westfalen**.

Angehörige von jungbetroffenen Menschen mit Demenz

48147 Münster

Weitergehende Informationen zu diesem Gruppenangebot erhalten Sie über das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe **Münster**.

Das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe **Münster** erreichen Sie telefonisch unter: **0251 780 397**

Thema: **Gesprächskreis**
Region und Zielgruppe: **Münster, Pflegebedürftige**

Hier gelangen Sie zur **Übersicht aller Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe in Nordrhein-Westfalen**.

Lust am Walken („Igel“-Gruppe)

32423 Minden

Weitergehende Informationen zu diesem Gruppenangebot erhalten Sie über das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe **Minden-Lübbecke**.

Das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe **Minden-Lübbecke** erreichen Sie telefonisch unter: **0571 6483546**

Thema: **Bewegung**
Region und Zielgruppe: **Minden-Lübbecke, pflegende Angehörige**

Hier gelangen Sie zur **Übersicht aller Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe in Nordrhein-Westfalen**.

Wo siehst Du Deine Aufgabe, Pflegende Angehörige zu unterstützen?

Wie sieht das konkret im Arbeitsalltag im KoPS aus?



Gefördert von:

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN



Welchen Stellenwert hat die Stärkung der Resilienz von Pflegenden Angehörigen in Deinem Arbeitsalltag und wie gehst Du vor, um die Resilienz von Pflegenden Angehörigen zu stärken?

Selbstfürsorge

Flexibilität und Akzeptanz
Informationsvermittlung

Bewältigungsstrategien

Professionelle Unterstützung

Emotionale Unterstützung

NETZWERKAUFBAU

Wie funktioniert die Kontaktaufnahme?

Wie erlebst Du als KoPS die Arbeit? Was klappt dabei gut? Wo gibt es Herausforderungen zu bewältigen?

Haben Sie Fragen?



Gefördert von:
Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN



Weitere Informationen & Kontakt

Allgemeine Infos zum Landesnetz Pflegeselbsthilfe:

www.pflegeselbsthilfe.de

Ansprechpartnerin in der Fach- und Koordinierungsstelle:

Noémie Monteils

noemie.monteils@kda.de

030 2218298 – 26

Ansprechpartnerin im KoPS Märkischer Kreis:

Tina Stahlschmidt

pflegeselbsthilfe-mk@paritaet-nrw.org

02351 98 89 – 25

