



Wir sind ein bundesweites Netzwerk
von Ehrenamtlichen

... zur Unterstützung pflegender Angehöriger



- Wir setzen uns für die Belange sorgender und pflegender Angehöriger ein.
- Wir unterstützen alle, die sich um Verwandte und Freunde mit Hilfe- und Pflegebedarf kümmern.
- Wir wissen, dass Familien und Freunde unbeschreiblich viel leisten, oft im Stillen und „rund um die Uhr“.
- Wir möchten durch unser unentgeltliches Engagement vor Ort ein Zeichen setzen – für ein achtsames Miteinander und gegenseitige Unterstützung in Quartier und Nachbarschaft.
- Wir sind ein Netzwerk von engagierten Initiativen, Organisationen und Kommunen – bundesweit.

Wer wir sind: Das Netzwerk Pflegebegleitung – ein Zusammenschluss zur Verbreitung von freiwilligem Engagement für pflegende Angehörige



- Seit Beginn des Modellprojekts „Pflegebegleiter“ 2004 haben sich bundesweit etwa 2.500 Freiwillige auf ihr Engagement für pflegende Angehörige intensiv vorbereitet.
- Im Jahr 2009 gab es bundesweit mehr als 150 Standorte, in denen sorgende und pflegende Frauen und Männer die Unterstützung der Freiwilligen unentgeltlich und unverbindlich in Anspruch nehmen konnten.
- Inzwischen können sich aber immer weniger Freiwilligengruppen halten: Es fehlt an Anlaufstellen und Strukturen (z.B. auf Länderebene), an Fortbildungen und Unterstützung zum Auf- und Ausbau von Initiativen.
- Im Jahr 2019 gibt es – trotz „Pflegenotstand“ – immer noch keine Servicestelle auf Bundesebene – so fehlt es an aktuellen und gezielten Informationen und an Austauschmöglichkeiten, um von den Erfahrungen in den verschiedenen Bundesländern zu lernen.



Das Engagement der Freiwilligen ist als Gesprächsangebot gedacht. Es soll dazu dienen, den pflegenden Angehörigen Informationen an die Hand zu geben und sie zu stärken, damit sie sich die Gestaltung ihres Pflegealltags erleichtern können.

Die Profil- und Leitbildentwicklung von „Pflegebegleitung“



- freiwillig
- unentgeltlich
- an drei Basiskonzepten orientiert:
 - ✓ Empowerment
 - ✓ Kompetenzentwicklung
 - ✓ Vernetzung

Empowermentansatz: „Stärken statt helfen!“



- den „Eigen-Sinn“ der Pflegenden/ der Pflegesituation zu akzeptieren
- als Gesprächspartnerin und Gesprächspartner „normativ enthaltsam“ zu sein
- darauf zu verzichten, dem anderen Hilfsbedürftigkeit zuzuschreiben
- dem Gegenüber das Recht auf eine selbstbestimmte Lebens- und Lerngestaltung zuzugestehen.

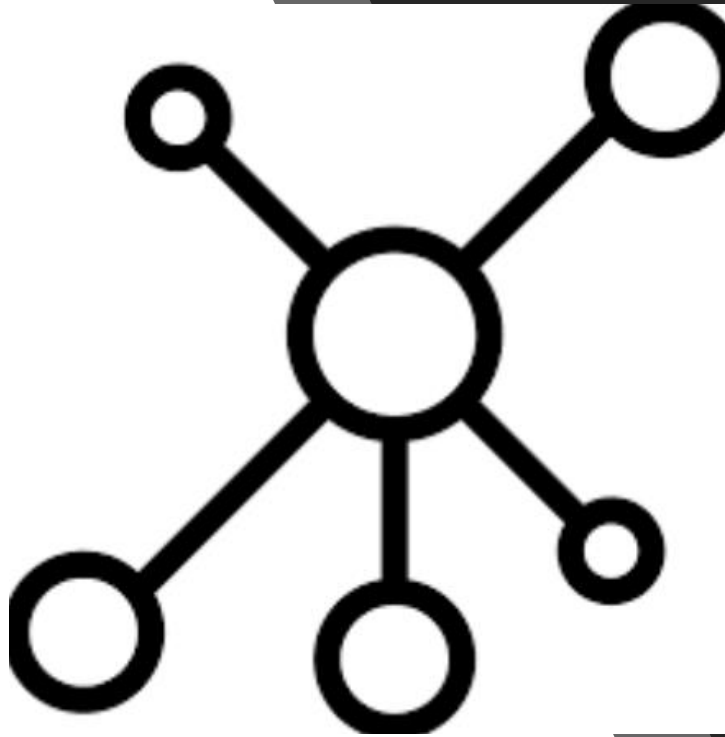
Kompetenzentwicklung:

„Fähigkeiten und Haltungen entwickeln, nicht nur Wissen ansammeln.“



- Sachkompetenz/ Verständnis
- Begleitungskompetenz
- Vernetzungs- und Feldkompetenz
- Selbstsorgekompetenz
- Reflexionskompetenz
- (Selbst-)organisationskompetenz

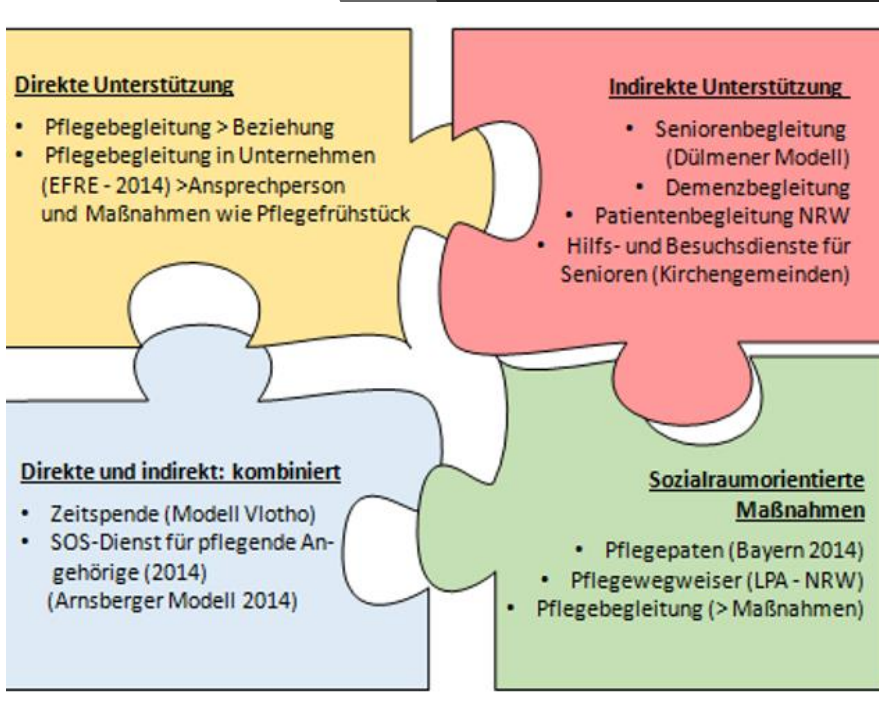
Vernetzung: „Kooperation statt Konkurrenz“



zeigt sich zum Beispiel in der Zusammenarbeit von beruflich und ehrenamtlich tätigen Projekt-Initiatorinnen und Projekt-Initiatoren. Sie arbeiten im „Tandem“. Vernetzung im Projekt wurde auch auf folgende Weise angestrebt:

- unterschiedliche Kooperationspartner der Regionalbüros (Seniorenbüro Hamburg, Diakonisches Werk Dortmund, Paritätisches Bildungswerk Stuttgart, AWO-Sano Potsdam)
- Trägervielfalt der Standorte
- immer mehr Kooperationen mit anderen Freiwilligeninitiativen
- Patenschaften durch professionelle Partner in der Region.

Abgrenzung zu anderen Freiwilligenprofilen – Übersicht



Mit seinem Ansatz des Empowerments setzt sich das Profil „Pflegebegleitung“ von anderen - stärker am Dienstleistungsgedanken orientierten - Angeboten ab.

Was wir mit Pflegebegleitung wollen: Pflegebegleitung unterstützt pflegende Angehörige



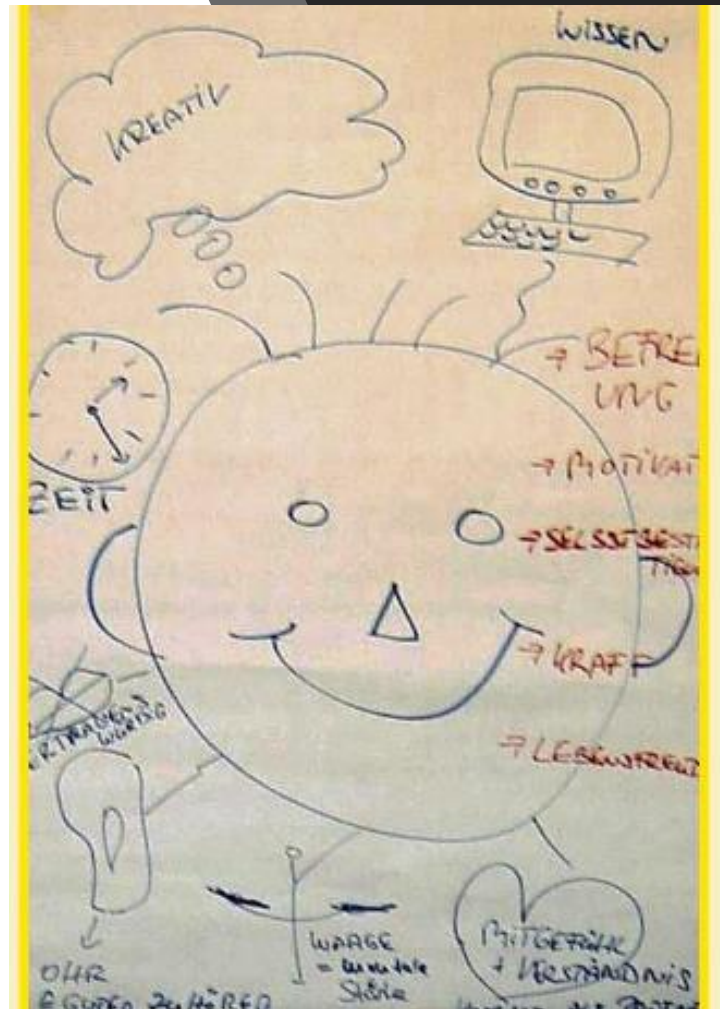
- Freiwillige Pflegebegleiterinnen und Pflegebegleiter haben meist selbst gepflegt und wissen, wovon die Rede ist.
- Sie wollen pflegende Angehörige und Freunde unterstützen.
- Sie wollen ein offenes Ohr für alle haben, die sich privat um Hilfs- und Pflegebedürftige kümmern: *„Wir lassen die pflegenden Angehörigen, Freunde und Nachbarn zu Wort kommen, erörtern mit ihnen Entlastungsmöglichkeiten, knüpfen Verbindungen zu anderen Helfern und sind einfach als Ansprechpartner da – zum Mitdenken, Trösten, Mitfühlen und Pläne machen, wie Pflege auf mehrere Schultern verteilt werden kann.“*
- *„Wir wollen speziell für dieses Anliegen gute Nachbarn sein, und das alles unentgeltlich“* – so beschreibt ein Pflegebegleiter sein Engagement.

Was wir mit Pflegebegleitung wollen: Pflegebegleitung bringt Älterwerden und Pflegen öffentlich ins Gespräch



- Die Ehrenamtlichen sind in Gruppen zusammengeschlossen.
- In engem Zusammenspiel mit den sie unterstützenden Organisationen setzen sie sich vor Ort für die Anliegen sorgender und pflegender Angehöriger, Freunde und Nachbarn ein.
- So bringen sie die Chancen und Schwierigkeiten von „Pflege in der Familie“ öffentlich ins Gespräch.
- Ziel ist es, dass durch das Engagement „Pflegebegleitung“ das Miteinander der Generationen gestärkt wird, und dass sich vor Ort Hilfenetzwerke bilden, damit im Ernstfall „Pflege“ keiner allein bleibt.
- Pflege gehört „mitten ins Leben“ – Personen in Pflegehaushalten dürfen nicht ausgegrenzt werden!

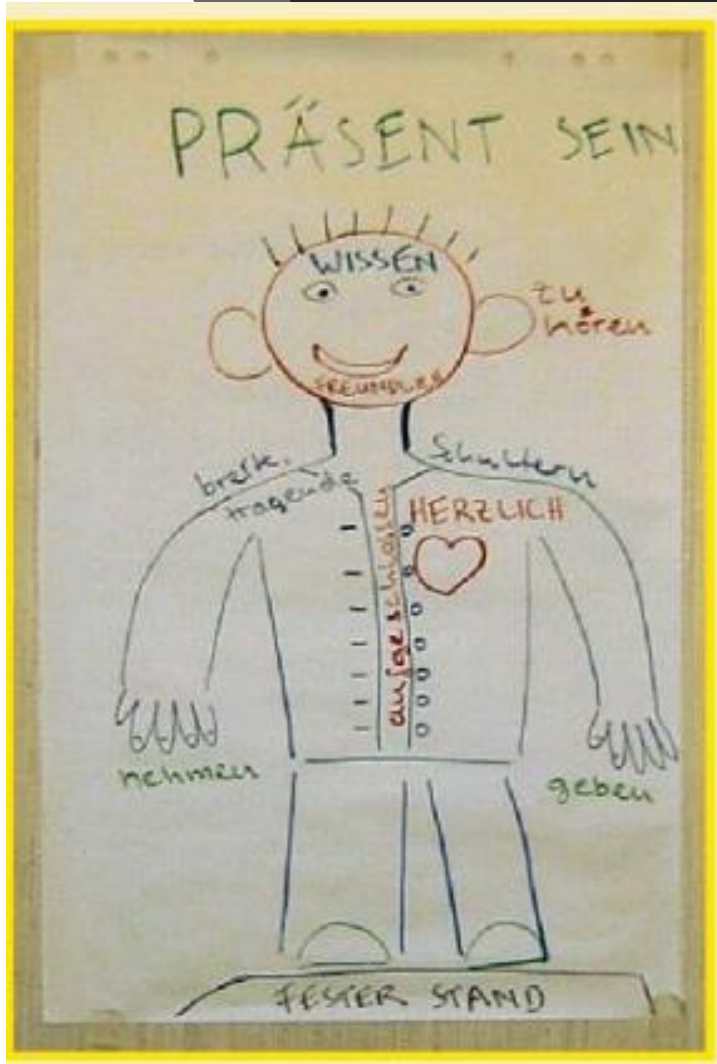
Was sind Pflegebegleiter(innen) und was ist ihre Aufgabe?



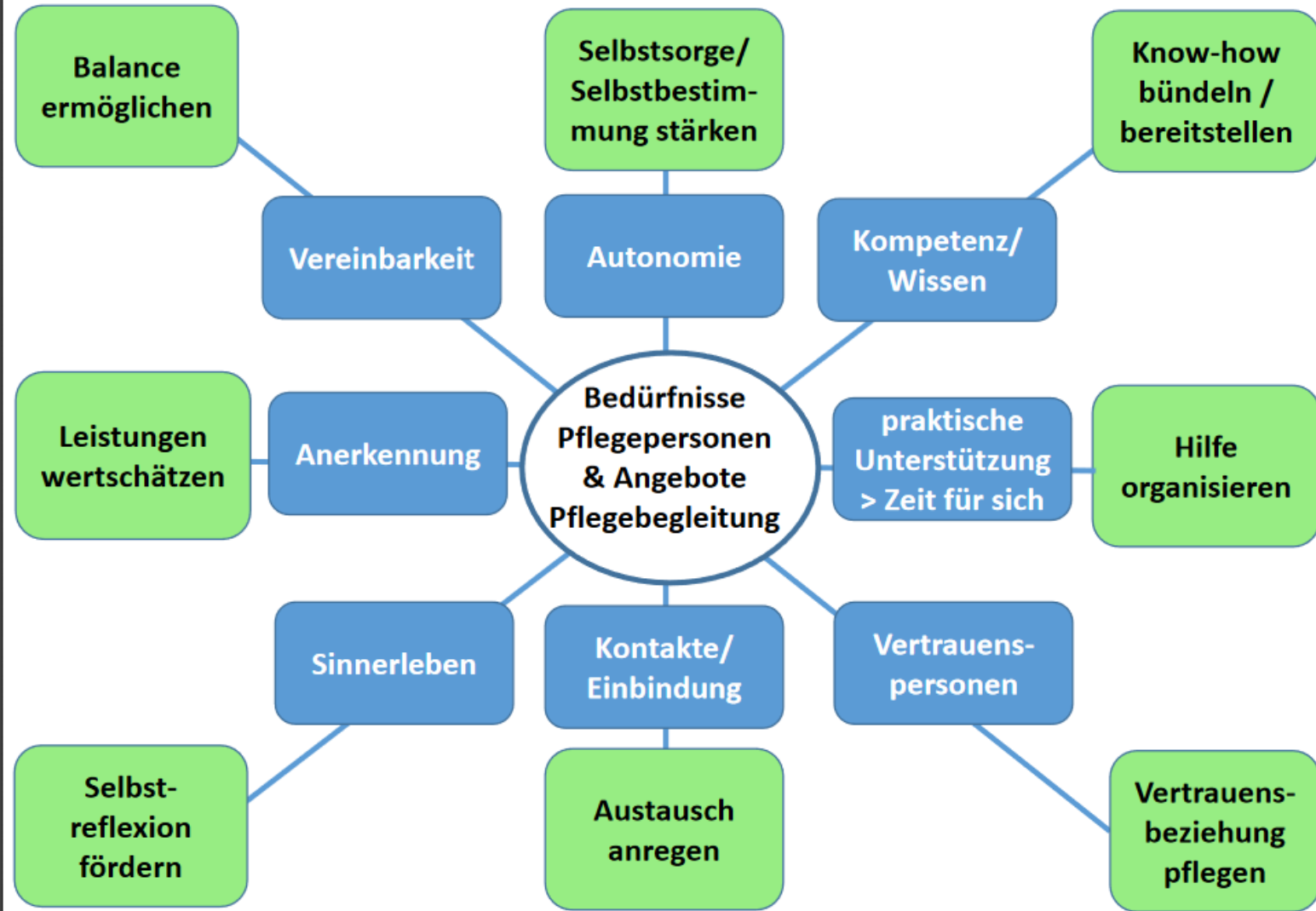
- Pflegebegleiter(innen) sind speziell qualifizierte Personen, die aus freien Stücken pflegende Angehörige begleiten und stärken.
- Sie führen keine Pflegetätigkeiten durch.
- Ihre Aufgabe besteht vor allem darin, pflegende Angehörige durch Gespräche zu unterstützen und zu entlasten.
- Sie sind Ansprechpartner(innen) für Fragen im Zusammenhang mit der Pflege und wollen pflegenden Angehörigen helfen, über den Pflegeaufgaben die Sorge für sich selbst und ihre eigenen Bedürfnisse nicht zu vernachlässigen.
- Die Pflegebegleiter(innen) haben sich zu Netzwerken auf Landesebene und zu einem bundesweiten [Netzwerk Pflegebegleitung](#) zusammengeschlossen.

Die Begleitung erfolgt

- zugehend – die Freiwilligen kommen auf Anfrage ins Haus
- niedrigschwellig und vertrauensbildend – ohne unnötige Hürden
- nachbarschaftlich – unentgeltlich
- auf Augenhöhe – in Respekt vor dem Wunsch nach Selbstbestimmung seitens der pflegenden Angehörigen.



Pflegebegleitung greift die besonderen Bedürfnisse pflegender Angehöriger auf



Pflegebegleitung in Bochum

**Sie betreuen einen Menschen?
Sie pflegen einen Menschen?
Sie sorgen für einen Menschen?**

Sie...

- ☛ tragen eine große Verantwortung.
- ☛ müssen Entscheidungen treffen.
- ☛ wollen Ihre Pflege gut machen.
- ☛ suchen Hilfestellung.
- ☛ stellen Ihr eigenes Leben zurück.
- ☛ suchen Austausch und Gespräche.
- ☛ suchen Gleichgesinnte.
- ☛ wünschen sich jemanden, der Ihnen zuhört.

pflegeBegleiter in Bochum sind ehrenamtlich tätig und unterstützen Menschen, die pflegen.

Wir...

- ☛ hören Ihnen zu.
- ☛ sind in Zeiten hoher Belastung für Sie da.
- ☛ ermutigen Sie, auch noch an sich selbst zu denken.
- ☛ unterstützen Sie bei Ihrer eigenen Organisation.
- ☛ helfen bei Kontaktaufnahme mit Behörden.
- ☛ informieren über pflegerische Dienste und Einrichtungen.
- ☛ haben uns speziell auf die Aufgaben der Begleitung vorbereitet.
- ☛ bilden uns regelmäßig weiter.
- ☛ haben uns zur Verschwiegenheit verpflichtet.



Keinen verderben zu lassen, auch nicht sich selber, jeden mit Glück erfüllen, auch sich. Das ist gut.

Konfuzius

Ein Beispiel:

Pflegebegleitung in Bochum – in Kooperation mit Patientenbegleitung

pflegeBegleiter in Bochum

- sind eingebunden in das Netzwerk *pflegeBegleitung* in NRW.
- sind eine selbständige Gruppe beim DRK Bochum e.V.
- erreichen Sie bei der Alzheimerhilfe des DRK Kreisverbandes Bochum e.V.
An der Holtbrücke 2-8, 44795 Bochum

So erreichen Sie die
pflegeBegleiter in Bochum:

Telefon: 0234 – 9445 117
oder per E-Mail unter:
info-bochum@pflegebegleiter.de

pflegeBegleiter und **PatientenBegleiter**

Seniorenbüro Südwest
Hattinger Straße 811
Telefon: 0234 – 58868555
oder per E-Mail unter:
a.cosack@awo-ruhr-mitte.de



Weitere Informationen:
www.netzwerk-pflegebegleitung.de



**Einen Angehörigen
zu pflegen...**

**... ist eine
starke Leistung.**

**Wir begleiten Sie
gerne dabei.**

**Ihre pflegeBegleiter
in Bochum**



So wirkt Begleitung –

pflegende Angehörige berichten (Zitate)

- **Sich frei aussprechen können**

„Dass da jemand ist – das bringt unheimlich viel“ Sorgen und Ängste rund um die Pflege besprechen tut gut -bei mir hatten sich so viel Sorgen aufgestaut...“

- **Gewinn an Sicherheit und Kontrolle über die Situation**

„...für mich gibt das eine Sicherheit, was wird morgen, was wird übermorgen“

- **Verstanden werden**

„...man weiss einfach – die Leute verstehen mich, ohne dass ich ganz viel erklären muss“

- **Neue Kraft/ Lebensfreude gewinnen**

„...ich fühle mich schon besser. Ich kann auch jetzt nachts wieder durchschlafen“

- **Zentrale Informationen erhalten**

„sie hat sich direkt mit der Schwerbehindertenorganisation in Verbindung gesetzt. Ich brauchte mich gar nicht zu kümmern. Der Antrag kam dann direkt zu uns nach Hause“

- **Eine neue, weiterführende Blickrichtung erlangen**

„meine Pflegebegleiterin ist eine sehr gut zuhörende Frau – die einen aus einer gewissen Not boxen kann und sagen kann: denk mal in die Richtung oder in die Richtung“

- **Unterstützung bei der Organisation häuslicher Pflege**

Die haben geguckt, wo das Bett hinkommt. Da war alles voll Blumen vorher. Ich habe nicht gewusst, wie das abläuft“

- **Psychische Stabilisierung**

„...Sie hat mich sozusagen aufgefangen – so nach der Devise „Du bist nicht allein“..“



Noch mehr erfahren - Kontakt aufnehmen - spenden?
www.pflegebegleiter.de