

Protokoll Forum

Forum: 3 - Selbsthilfe Stärken – im Raum Bad Saarow - Ziel: Sensibilisierung zur Stärkung der Selbsthilfe, Umsetzungs- und Finanzierungsmöglichkeiten

Teilnehmer (Anzahl): 35

1. Beiträge: Wir Pflegen e.V. | Kontakt App mit Frau Lara Petzold

Der Bundesverband *wir pflegen e.V.* ist eine Interessenvertretung und Selbsthilfeorganisation pflegender Angehöriger. Der 2008 gegründete Verein setzt sich für nachhaltige Verbesserungen in der häuslichen Pflege ein. Über den Austausch mit anderen Pflegenden ermöglicht er Angehörigen mehr Anerkennung, Kontakt und Informationen sowie eine Stimme in Politik und Gesellschaft – als gleichberechtigte Partner in der Pflege.

Vorstellung der App „in.kontakt“

- kostenfreie barrierearm und kontrastreich gestaltete App.“ in.kontakt“ ist im App Store und PlayStore verfügbar; gefördert durch das Bundesministerium für Gesundheit und die Techniker Krankenkasse in NRW
- von der Katholische Hochschule NRW über drei Jahre evaluiert; aufgrund der Erfahrungen und Evaluationsergebnisse 2023 neu aufgesetzt und erstmals der Öffentlichkeit vorgestellt.
- Sie bietet die Möglichkeit, sich mit anderen pflegenden Angehörigen zu vernetzen und über Herausforderungen im Pflegealltag auszutauschen: zu jeder Zeit, an jedem Ort, zu jeder Frage – datengeschützt
- Die Entwicklung der App begann als Modellprojekt „Online Selbsthilfe Initiativen“ (OSHI-PA) und sah die Ergänzung und Erweiterung des bereits bestehenden Selbsthilfeangebots für pflegende Angehörige durch die Entwicklung onlinegestützter virtueller Selbsthilfe und den Einsatz neuer Medien vor.
- Die App wird im Rahmen des Projektes kontinuierlich verbessert und erweitert – zukünftig soll sie auch regional ausgerichtet werden
- Sie bietet eine einfache und übersichtliche Nutzeroberfläche.
- Pflegende Angehörige haben die Möglichkeit, sich auszutauschen, gegenseitig Fragen zu stellen und praktische Tipps zu teilen –in Chat-Kanälen, in offener Runde oder im privaten 1:1-Chat.
- Sie bietet die Möglichkeit, sich zum Verein „wir pflegen“ zu informieren oder die aktuellen Veranstaltungen zu besuchen
- Sie hat derzeit rund 500 Nutzer, einige sind stille Mitleser, andere sind in Gruppen aktiv.

- 1 x monatlich „Pflege-Café“ im digitalen Raum über Zoom – hier werden thematische Schwerpunkte in Form einer Info-Veranstaltungen angeboten; daraus ergeben sich häufig Chat-Gruppen
- Aktuell gibt es 6 Landesverbände – der ländliche Raum soll am besten durch Landesverbände betreut werden
 - Künftig sollen mehr Landesverbände gegründet werden.
 - Die Teilnehmenden wünschen sich einen Landesverband für Brandenburg – eine Verknüpfung von Pflege vor Ort wäre eine gute Möglichkeit, die Zielgruppe der pflegenden Angehörigen zu erreichen
 - Video zur APP: <https://youtu.be/snHuBJTXe7>

2. Beitrag: Kompetenzzentrum Demenz

- Beitrag von Ulrike Kaufmann - Selbsthilfe für pflegende Angehörige – Gestaltungs- und Finanzierungsmöglichkeiten
 - Präsentation siehe [Finanzierung Angehörigenselbsthilfegruppen.pptx](#)
- Aus der Schulungsreihe „Hilfe beim Helfen“ ergeben sich häufig Angehörigengruppen, die sich im Anschluss der acht Module treffen – unterstützt durch den Träger oder in Eigenregie durch die Angehörigen
 - Oft ist das Problem, sich Zeit zu nehmen: Angehörigen sind häufig rund um die Uhr in die Pflege eingebunden