

Amt Brück, Landkreis Potsdam-Mittelmark

Gesundheitsbuddys, am Beispiel im Amt Brück

Selbstbewusst altern in Europa e. V.

Gesundheitsbuddys – eigens dafür ausgebildete ehrenamtliche Helferinnen und Helfer – besuchen Menschen zu Hause, die nur noch eingeschränkt mobil sind. Neben der häuslichen Unterstützung sind sie auch in Seniorengruppen und Pflegeheimen aktiv. Mit viel Freude ermuntern sie zu gemeinsamer Bewegung. Oder wie es auf der Webseite der Gesundheitsbuddys Potsdam heißt:

„Gesundheitsbuddys helfen alten Menschen durch ein gezieltes Training beim Aufbau von Kraft, Koordination und Gleichgewicht“. Oft werden sie so zu wichtigen Bezugspersonen.

Die Ausgangslage in der Kommune

Der Verein „Selbstbewusst altern in Europa e. V.“ mit seiner Gründerin Gisela Gehrman brachte die Idee der „Gesundheitsbuddys“ aus Wien nach Brandenburg. Die erste Gruppe startete 2015 in Potsdam. Seither wächst das Angebot. Überwiegend mit Hilfe von „Pflege vor Ort“ wurden inzwischen an mehreren Orten Brandenburgs rund 200 Gesundheitsbuddys qualifiziert. Im Amt Brück gab es seit 2022 drei kostenlose Kurse in den Orten Borkheide, Brück und Golzow.

Wie in vielen Gemeinden und Kommunen steigt die Pflegebedürftigkeit der Menschen auch im Amt Brück. Gleichzeitig gibt es immer weniger Fachpersonal. Alltagsentlastende Angebote reichen oft nicht aus. Die Gesundheitsbuddys schließen diese Lücke.

Wo steht das Projekt aktuell?

Mit 25 Gesundheitsbuddys, angegliedert an den Sportverein „Wirbelsäulengymnastik Borkheide e. V.“, stellt das Amt Brück die zweitgrößte Gruppe in Brandenburg, dem einzigen Bundesland mit diesem Angebot. Ab Pflegegrad 1 übernimmt die Pflegekasse die Kosten der Hausbesuche. Die „Buddys“ erhalten eine Aufwandsentschädigung. Sie finden sich monatlich zu Austauschtreffen und Beratungsstunden für Angehörige zusammen. Außer im Amt Brück gibt es Gesundheitsbuddys in Potsdam, Wusterhausen, Neustadt (Dosse), Ludwigsfelde, Wittenberge und Gumtow.

Die Übergabe der Gesundheitsbuddy-Zertifikate mit Amtsdirektor, Bürgermeister, den zuständigen Bearbeitern im Brandenburger Sozialministerium sowie der Kreisverwaltung Potsdam-Mittelmark, Seniorenbeirat und Pressebegleitung ist ein typischer Termin im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit. Zudem wird das Angebot über Informationsblätter, soziale Netzwerke, verschiedene Veranstaltungen und nicht zuletzt über Ärzte, Apotheker oder Physiotherapeuten bekannt gemacht.

Im Jahr 2023 wurden die Gesundheitsbuddys und der Wirbelsäulengymnastikverein Borkheide bei den Wettbewerben „Sterne des Sports“ und „machen!2023“ ausgezeichnet. Anlässlich des 75. Jubiläums des Grundgesetzes folgte eine Einladung ins Bundeskanzleramt.



Gesundheitsbuddys in Borkheide;
 © Amt Brück

Gesundheitsbuddys, am Beispiel im Amt Brück

Erkenntnisse

Herausfordernd war(en)...

- ... lokale Debatten, etwa zum Thema „Vereinspflicht für Ehrenamtliche: ja oder nein?“.
- ... Vorbehalte gegen die englische Bezeichnung „Buddy“.
- ..., Ehrenamtliche zu gewinnen.

Hilfreich war(en)...

- ... die Unterstützung durch die Gemeinden und das Amt Brück.
- ... die gute Zusammenarbeit mit regionalen Versorgungsstrukturen.
- ..., dass die festen Ehrenamtlichen-Gruppen Kontinuität bringen – die pflegebedürftigen, oft einsamen älteren Menschen werden im besten Fall durch dieselbe Person begleitet.

Tipps für Nachahmende

- Ehrenamtliche schulen; sie mitentscheiden lassen; Höhepunkte schaffen, Gemeinschaftsgefühl und Identifikation stärken

Was das Projekt stabil macht, ist ...

- ... die enge Kooperation mit dem örtlichen Sportverein und dem Amt Brück.
- ... die dauerhafte Finanzierung über die Pflegeversicherung.
- ... das Einbinden von Kooperationspartnern wie Hausärzten für Krisensituationen.
- ..., dass sich die Buddys monatlich zu fachlichen Anleitungen und Fallbesprechungen treffen.

Das Projekt...

- ... begleitet und bewegt.
- ... bildet aus und weiter.
- ... entlastet Angehörige.

Start

2022 im Amt Brück

Gesteuert und umgesetzt von...

Amt Brück, John Peter Dostal,
Gisela Gehrman

Kostenpositionen

- Ehrenamtspauschale
- Koordination und Buchhaltung
- Referentenhonorare
- Öffentlichkeitsarbeit
- (Sport-)Geräte und Spiele

Kontakt

Koordination der Gesundheitsbuddys, John Peter Dostal

E-Mail: Gesundheitsbuddys@web.de

Web: <https://borkheide.eu/gesundheitsbuddys/>

Seniorenbeauftragte Amt Brück, Ramona Stephan

E-Mail: seniorenarbeit@amt-brueck.de



Impressum

Hrsg.: Fachstelle Altern und Pflege im Quartier im Land Brandenburg (FAPIQ)

Rudolf-Breitscheid-Str. 63 | 14482 Potsdam

www.fapiq-brandenburg.de | V.i.S.d.P. Katharina Wiegmann

Redaktion: Joachim Nöhre, Eva Gehltomholt, Maria Grahl