

Bericht der Strategiewerkstatt zur Entwicklung der Selbsthilfe pflegender Angehöriger in Niedersachsen

Freitag, 12.01. und Samstag, 13.01.2024 im Stephansstift, Hannover

Ziele der Strategiewerkstatt

Die Strategiewerkstatt gleich zu Anfang des Jahres 2024 soll dem Landesvorstand und Landesverein helfen, die Entwicklung und Rolle von *wir pflegen in Niedersachsen* in der Selbsthilfelandchaft Niedersachsens zu gestalten.

Fokus des Freitagnachmittags war der Austausch des Vorstands und der Mitglieder mit wichtigen Selbsthilfe Akteuren zur Bestandsaufnahme der Angebote und zur Definition von ‚Marktlücken‘ der realen und digitalen Selbsthilfeangebote. Der Fokus des Samstags war eine interne Vereinsdiskussion, um die strategische Planung und Entwicklung der Selbsthilfearbeit für 2024 in Angriff zu nehmen.

Ergebnisse der Strategiewerkstatt waren wie folgt definiert

Alle Mitglieder und Teilnehmer*innen kennen sich besser und gewinnen ...

- Besseren Überblick über die Selbsthilfelandchaft und die strategische Richtung des Landes
- Besseres Verständnis, was pflegende An- und Zugehörige benötigen und was sie erwarten
- Klareres Verständnis der Marktlücken, insbesondere derer, die *wir pflegen* füllen kann
- Besseres Verständnis und Kontakte im Landesverein und zwischen den Selbsthilfeakteuren

Freitag, 12. Januar 2024, 13:00 Uhr

Christiane Hüppe eröffnet die Strategiewerkstatt und heißt alle Teilnehmer*innen herzlich willkommen. Sie begrüßt insbesondere **Dörte von Kittlitz**, Geschäftsführerin des Selbsthilfe Büros Niedersachsen und **Jana Schuschke**, Projektentwicklung Selbsthilfestrukturen, Bundesverband *wir pflegen* e.V. in Berlin.

Es folgt eine kurze Vorstellungsrunde. Anwesend sind ...

Birgit Beutler (Georgsmarienhütte), Matthias Binder, (Groß Oesingen), Sebastian Fischer (Berlin), Christiane Hüppe (Hannover), Christina Immig-Pries und Kai-Uwe Pries (Zeven), Silvia Kaes (Hannover), Sabrina Krafft (Wolfenbüttel), Gisela Löhberg (Osnabrück), Petra Rothe Oldenburg), Elke Schick (Hannover), Karin Schwertner (Hemmingen), Dörte von Kittlitz (Hannover) und Jana Schuschke (Berlin)

Kurzfristig entschuldigt sind Axel Josten (Osterholz-Scharmbeck); Pia Kaewer (Northeim), Gabriele Linster (Bersenbrück) und Isa Nowak (Wiefelstede).

Mehrere andere Mitglieder bedauern zudem, nicht an der Strategiewerkstatt teilnehmen zu können.



Der Wert der Selbsthilfe

Jana Schuschke beginnt die Tagung mit einer Präsentation zum Wert der Selbsthilfe, ihre Präsentation befindet sich im Anhang dieses Berichts als **Anlage 1**

In der anschließenden Diskussion werden folgende Themen angesprochen:

- Der Wunsch, auch Angebote für junge Menschen mit Pflegeverantwortung zu erstellen, in Form einer digitalen SHG. Der Bundesverband schreibt derzeit eine Teilzeitstelle zu dieser Entwicklung aus.
- Die Zeiten von SHG-Treffen sind wichtig, insbesondere für beruflich Tätige
- Ein Erfolgsfaktor kann sein, Professionalität einbringen – Moderation und Referent*innen
- Selbsthilfe-Kontaktstellen (SHKS) bieten Schulungen an – Moderation, Finanzierung, Datenschutz,
- SHG-Gruppen oft haben oft keinen ‚Nachwuchs‘
- Rollen in der SHG – alle sollen alles können – so funktioniert das aber oft nicht
- Aus der Selbsthilfe ergeben sich viele der Erleichterungen und Entlastung, die sich pflegende Angehörige wünschen, und damit wichtige pflegepolitische Forderungen, die Angehörige aus der eigenen Betroffenheit gestalten.

Erfolge und Herausforderungen für die Selbsthilfe pflegender Angehöriger

Dörte von Kittlitz beschreibt bestehende Selbsthilfestrukturen, ihr Vortrag schließt ein ...

- Bedankt sich für die Einladung, bereits das zweite Treffen mit wpNDS
- *wir pflegen* ist auf Landesebene und bei den SHKS schon sehr gut bekannt, über NAKOS und auch durch die Gründung und Medienarbeit

Vorstellung des Selbsthilfe Büros Niedersachsen

- SH Kontaktstellen – regionale Beratungs- und informationsstellen: NDS besondere Situation seit den 1990er Jahren, Beschluss der Landesregierung die Entwicklung der Selbsthilfe über die SHKS in Gang zu bringen. Bis dahin waren nur NRW und Berlin gut aufgestellt. Heute gibt es in jedem Landkreis eine SHKS, unterschiedlich aufgestellt, mit mind. einer geringfügig beschäftigten Mitarbeiterstelle, manche mit mehreren Mitarbeiterinnen
- Auch eine landesweite Stelle wurde eingerichtet - das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen. Heute hat es auch gute Verbindungen zum Träger DAG-SHG und dem bundesweiten Projekt pflegender Angehöriger, geleitet von Frau Anja Schödwell
- Ziele des SHB NDS sind– (1) jede Person in NDS weiß, was SH ist; (2) jede Person die ein Interesse an SH hat, weiß, an wen sie sich richten kann und beraten und wertgeschätzt wird; (3) jede professionell arbeitende Person weiß den Wert und die Rolle der SH zu schätzen.
- „Alles geht von den Betroffenen aus“ – doch das SHB NDS bestimmt, ob es eine SHG ist.
- Wichtiger Fokus sind die SHKS vor Ort, werden eng begleitet und unterstützt, auch landesweite SHO und viele Einrichtungen im Gesundheitswesen und mit der Politik;
- Drei wichtige Aufgabenfelder: (1) Information und Beratung; (2) Selbsthilfeunterstützung mit Qualitätssicherung – dazu gibt es vier Treffen im Jahr; und (3) Vernetzung und Kooperation, so wie mit *wir pflegen*, aber auch Patientenorganisationen und vielen anderen Organisationen
- SHB = 3 Personen = 100 Stunden, plus 2 Verwaltungskräfte



SH in der Pflege in Niedersachsen

- Förder-Richtlinie zur Förderung von SHG und SHO wird derzeit überarbeitet, gerade eine Umfrage gemacht zur Zufriedenheit;
- Wie viele SHG gibt es? 35 KS von 44 SHKS haben geantwortet und 643 SH Gruppen gezählt. Man kann von 700-800 SHG in Niedersachsen ausgehen. Wie viele konkret für PA bestehen, wurde nicht gefragt;
- Im Pflegebereich, wie viele Gruppen nur PA/PB? – 25 Landkreise haben angegeben dass es Gruppen von ausschließlich PA gibt, aber ohne genaue Zahlen. 34 Landkreise mit gemischten Gruppen; 16 Landkreise mit ausschließlich PB Gruppen;
- Verzeichnis der landesweiten SHO (2022-23) = 110 Gruppen – bei etwa 50% könnte Pflege eine Rolle spielen, aber keine genauen Angaben;
- **Angebot:** Besteht bei *wir pflegen* Interesse sich mit entsprechenden Gruppen zu vernetzen? Dann gerne ein Treffen, um einen Fragenkatalog zu vereinbaren und über das SHB eine Umfrage zu machen! Falls einige von diesen auch politisch aktiv werden wollen, vielleicht gut, sich an alle zu wenden;
- Niedersachsen: gute Voraussetzungen zur Entwicklung des LV für pflegende Angehörige, auch in allen Landkreisen durch die SHKS! In manchen Landkreisen gibt es auch zusätzliche Organisationen, die SH unterstützen. Beispiel: AWO bekommen Geld vom Land, KK, und eventuell auch über § 45d;
- Stellenwert der Pflege-Selbsthilfe – früher gab es immer eher SH im Krankheitsbereich; seit 2008 anders, damals wurde der § 45 des SGB XI neugestaltet; danach gab es eine Arbeitsgruppe die beschloss, mit Vertrauen in die Betroffenen in die SHKS zu investieren und in die SHG;
- Nicht erfolgreich war, Landesorganisationen aus § 45d zu finanzieren; In NDS bekommen SHO keine 45d Förderung; Richtlinien wurden zwar verbessert, aber haben nie die Finanzierung von Landesorganisationen in Betracht gezogen. Dazu besteht jetzt wieder eine Gelegenheit in der Überarbeitung der Richtlinien, die ab 2025 gelten sollen. [**Aufgabe:** *wir pflegen NDS sollte einen Weg finden, für die Finanzierung von Landesorganisationen zu argumentieren und eine Änderung der Leitlinie zu unterstützen*];
- Fachebene: Thema Pflege ist nach vorne gerückt. Eine Facharbeitsgruppe trifft sich regelmäßig, um Herausforderungen zu besprechen. *Wir pflegen* war da bereits einmal eingeladen. SHB ist auch in einem Fachausschuss der DAG-SHG;
- Das Land beteiligt die Pflege-SH noch nicht umfassend. Aber das Sozialministerium beteiligt Intensivpflege Kinder.

Förderung:

- Antrag zum 31.12. für das nächste Jahr. Neue müssen erstmal anerkannt werden, dafür gibt es Kriterien die man erfüllen muss, kann scheitern wenn man nicht genug SHG hat, man benötigt mindestens vier SHG;
- Beratungsgremium Selbsthilfe berät den Prozess, hat aber keine Stimmberechtigung;
- Nach Anerkennung dann Beurteilung nach Kriterien und Rechenmodell: Grundbetrag ist für alle gleich, da sind etwa 50% der Gelder, der Rest wird nach dem Rechenmodell vergeben. Das



SHB NDS bekommt dann die Berechnungen und kann noch für einige argumentieren. Aber wenn etwas positiv geändert wird, bekommen andere dann weniger;

- Das wird sich ändern, wenn dann einmal Landesorganisationen aus § 45d gefördert werden;
- 2023 standen etwa € 1M zur Verfügung für SHO, verteilt auf 48 Organisationen (von 110). Summen sehr unterschiedlich, manche am Anfang €1.500, andere beantragen über €200.000. Aber KK vergeben zunächst erstmal nach dem Rechenmodell (um zu verhindern, dass die besten Lobbyisten am meisten bekommen)
- Bewilligung war zuletzt zwischen €2.000 und €36.000 (MS Soc). Es ist nicht Aufgabe der Antragsteller, ihren Bedarf den Förderbeiträgen anzupassen, sondern den wirklichen Bedarf zu argumentieren. Obergrenze ist immer die Antragssumme, also wenn mehr Gelder zur Verfügung stehen, kann das dann berücksichtigt werden.
- Gesamter Vorgang sollte gesetzlich nur 3 Monate dauern, wird aber von den KK nie eingehalten, meist wird es Mai, aufgrund des großen Aufwandes. Förderungen werden erst bekannt gegeben wenn alle Beschlüsse gefasst sind.

Fragen aus dem Publikum

- Sollte man Anträge schon früher stellen? **Antwort:** Ja, unbedingt, wenn dies möglich ist, damit sie schon früh überprüft werden können und ggf. nochmals angepasst werden können (z.B. Finanzplan, wenn sich etwas ändert). auch schon mal mit ersten Anlagen und andere später nachreichen.
- Frage zu einer Umfrage zu landesweiten SHO. **Antwort:** SHB NDS kann mit der Umfrage der landesweiten SHO helfen und sie verteilen.
- Qualitätsbezogene Selbsthilfe – es scheint sich immer auf organisatorische Prozedere zu fokussieren, nie auf die individuell verbesserte Lebensqualität (z.B. gestärkte Resilienz, wachsendes Selbstvertrauen aufgrund der Teilnahme an SHG. Das sollte, auch für *wir pflegen*'s SH-Arbeit, ein wichtiges Kriterium sein.
- Resilienz – wir pflegen nimmt an einem europäischen Projekt zur Resilienzforschung teil, und hier bestehen große Synergien zur Selbsthilfe.

Antwort: Zur Resilienz aus der Selbsthilfe gab es vor Jahren eine Hamburger Studie von Prof. Trojan, auch Gießen: Prof. Richter und Prof. Möller zur Bedeutung von Gruppen und Selbsthilfe. [Weitere Quellen: <https://www.nakos.de/data/Fachpublikationen/2019/DAGSHG-Jahrbuch-2019-Trojan.pdf>]

[Auch Niedersachsen, mit S. 14 Artikel wir pflegen 2018: <https://www.gesundheit-nds-hb.de/fileadmin/Publikationen/Impulse/impulse-nr99-web.pdf>]

- Wo sollte *wir pflegen* Prioritäten setzen: Vernetzung mit bestehenden SHG/SHO oder zur Erschließung von SH-Initiativen und -Angeboten, die es noch nicht gibt, wie digitale SHG oder SHG in bestimmten Landkreisen?
- Umfrage 2023 zur Gründung des Landesvereins



Wie sieht die Zukunft aus? – Visualisierung von Selbsthilfeangeboten

Christina Immig-Pries, Sabrina Krafft & Petra Rothe, Vorstandsmitglieder des Landesvereins wir pflegen NDS e.V. stellen ihre Visionen zum Jahr 2030 vor. Ihre Präsentation findet sich im Anhang des Berichts als **Anlage 2**.

Neue Weichen stellen, neue Wege gehen!

Gemeinsame Überlegungen zu Maßnahmen für 2024

Beteiligung PA

- Ansprache Beratungsstellen
- Ansprache Kontaktstellen
- Ansprache Pflegekonferenzen der Kommunen
- Pressevertreter
- Bürgervereine und Kirchengemeinden
- **Quartierskonzepte Ältere Menschen**
- Ansprachen Hochschulen

Wichtige Anmerkungen:

- **Ehrenamt:** Auszeitgruppe Osnabrück
- Entwicklung braucht Kommunikation und Hauptamtliche
- Pflegesettings mit Pflegebedürftigen ohne Pflegegrad mitberücksichtigen
- Rolle des Landesvereins NDS: Wie viele SHG bis 2030? Wie viele von uns gegründet und geleitet? Wie viele von anderen Organisationen?

Wachsender Konsens aus den Diskussionen:

- **Paradigmenwechsel** in der Pflegeunterstützung
- Pflege **Mainstreaming**
- **Partizipation** der PA
- **zivilgesellschaftliche Angebote ausbauen** – vor Ort usw
- Quartiersentwicklung Pflege, nicht nur Fokus ältere Generation

Kritikpunkte:

- Vorsicht bei Fokus auf **Ehrenamt!** Ja, ehrenamtliche rollen können entlastend sein, wenn begleitend, aber auch die Koordination ehrenamtlicher Begleitung muss zuverlässig organisiert werden – wir benötigen dazu **finanzierte Strukturen**
- wir pflegen als **Dienstleister** – nein!
- Wir müssen realistisch bleiben, nicht realitätsfremd planen

Was ist zu tun?

- Pflegekonferenzen in allen Landkreisen - mit Beteiligung der Pflegebedürftigen bzw. der Pflegenden Angehörigen, vgl. Pflegegesetz Niedersachsen
- SHG von PA
- **Schreiben an alle** – nicht als Konkurrenz, aber als pflegepolitische Stimme
- Mitgliedschaft bei wir pflegen und SHKS sind kein Widerspruch, im Gegenteil, wir ergänzen uns und wollen gemeinsam die Pflege stärken.

Der Tag endet mit einem gemeinsamen Abendessen.



Silvia Kaes begrüßt alle Teilnehmer*innen zum zweiten Tag der Strategiewerkstatt.

Organisation einer realen Selbsthilfegruppe – Wie gehen wir vor?

Gisela Löhberg teilt erfolgreiche Erfahrungen aus der Organisation ihrer Selbsthilfegruppe in Osnabrück, ihre Präsentation ist im **Anhang 3** am Ende dieses Berichts

Arbeitsgruppe 1 „Selbsthilfe und Mitgliedergewinnung“

Unser übergreifender Auftrag: die Entwicklung der Selbsthilfestrukturen in Niedersachsen

Dieser Auftrag besteht aus zwei zentralen Aufgaben:

- Die Bekanntmachung bestehender SHG-Angebote/Initiativen (durch Öffentlichkeitsarbeit)
- Die Erweiterung der SH-Angebote für PA (durch zusätzliche reale und digitale SHG)

Wichtige Elemente einer Strategie zur Mitglieder Gewinnung:

Recherche: Was müssen wir recherchieren? Wie müssen wir dazu vorgehen?

- Welche SHG für PA gibt es in Niedersachsen?
- Welche kann man aktivieren zu einer Mitgliedschaft/Bündnis mit wpNDS?
- Wer sind die ‚local champions‘?
- Wir müssen anfangen, in Landkreisen zu recherchieren – eine Bestandserhebung
- Dann ein Schreiben entwerfen an alle, das die Vorteile einer Zusammenarbeit aufzeigt

Öffentlichkeitsarbeit:

- Systematische / methodische Verteilung von Materialien
- Eigene Homepage priorisieren, zunächst vorbereiten und planen, nach Förderung umsetzen
- Materialquellen – Informationen
- Öffentliche Anzeigen aufgeben zur Gewinnung von Regionalen Ansprechpersonen und neuen Mitgliedern (Verteiler, Newsletter, Zeitungsannoncen ‚Lückenfüller‘)

Kollaboration: Zusammenarbeit mit wem, um pflegende Angehörige zu erreichen?

- Selbsthilfekontaktstellen (SH-KS) - <https://www.selbsthilfe-buero.de/index.php?id=122>
- Senioren und Pflegestützpunkte Niedersachsen (SPN) - <https://www.senioren-in-niedersachsen.de/aktiver-ruhestand/senioren-und-pflegestuetspunkte>
- Kommunale Pflegekonferenzen - <https://www.gesundheit-nds-hb.de/projekte/kommcare/>
- Soziale Dienste und Runde Tische – Beispiel Oldenburg
- bpa – Bundesverband privater Anbieter - <https://www.bpa.de>
- MDK / MedicProof

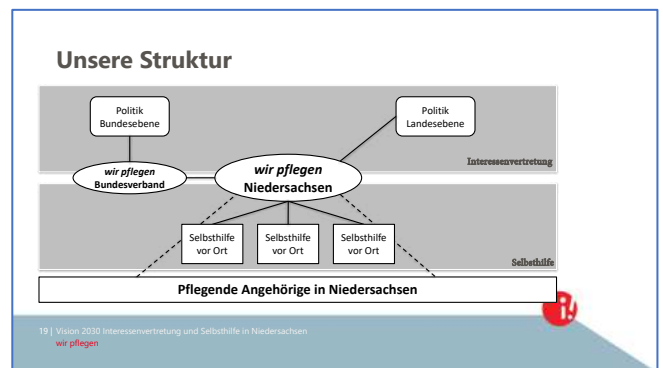
Zielsetzung zur Partizipation und Engagement pflegender Angehöriger

- Regionale Ansprechpersonen : - in jeden Landkreis und Kreisstadt gesamt (45)
- Zumindest eine reale / digitale SHG für pflegende Angehörige in jedem Landkreis und Kreisstadt, gesamt (45)



Arbeitsgruppe 2 „Interessenvertretung“

- (1) Ausgangspunkt ist die Grafik aus dem Vortrag „Wie sieht die Zukunft aus? - ...“, auf der die Position des Vereins als Bindeglied/Vermittler zwischen Selbsthilfe und Interessenvertretung dargestellt ist
- (2) Ergebnis:
 - 1) Standards für Interessenvertretung erstellen
 - 2) regionale Ansprechpartner installieren
 - 3) „Lobbyarbeit“



Zu 1) Für eine Interessenvertretung bedarf es eines inhaltlich einheitlichen Auftretens für die aktiven Mitglieder und (regionalen) Ansprechpartner. Dieses inhaltlich einheitliche Auftreten soll durch gemeinsam erarbeitete Standards („Apothekerschrank“ - ähnlich einer corporate identity) erreicht werden: für die Vorstellung des Vereins und seiner Ziele, für die Begrüßung neuer Mitglieder, für Schreiben zur Vorstellung bei Parteien/Organisationen, Pressemitteilungen u. a.

Regionale Ansprechpartner sollen vor Beginn ihrer Tätigkeit eine verpflichtende Schulung zu den Standards und deren Umsetzung erhalten. Zudem soll ein regelmäßiger Austausch in Form von Treffen (digital, in Präsenz) für Mitglieder etabliert werden.

Zur Erstellung der Standards sollen Synergien genutzt werden. Für die Finanzierung der Erstellung käme eventuell eine Projektförderung in Frage.

Zu 2)

Zu Beginn soll eine Konzentration auf wenige Ansprechpartner in priorisierten Regionen erfolgen (Regierungsbezirke als Grundlage?), perspektivisch soll eine (zahlenmäßige) Ausweitung auf die Landkreise und kreisfreien Städte in Niedersachsen erfolgen. Regionale Ansprechpartner sollen von Beginn an entsprechend ausgestattet werden: mit Wissen (Netzwerk, „Datenbank“, Informationsquellen) und Material (s. Zu 1))

Zu 3) Orte/Einrichtungen/Institutionen, bei denen „Lobbyarbeit“ angesetzt werden könnte:

- Pflegekonferenzen
- Seniorenbeiräte
- Arztpraxen (Flyer)
- Präventionsrat?

Verschiedene Aufgaben

Beschlüsse

- **Landesvorstand:** Nächstes Treffen 14. Februar 2024 um 19:00 Uhr
- **Mitgliederschreiben:** regelmäßig – Ziel einmal im Monat – eine Woche vor digitaler SHG
- **Digitale SHG:** monatlicher Flyer mit den verschiedenen Daten
- **Fortbildung/Schulungen** – Mediens Schulungen / Präsentationen – auch für Mitglieder. Bestehende Angebote verbreiten und M einbinden



- **Metropolkonferenz:** Februar 2024 – O-Töne aus der Pflege für die Pflege – Silvia & Christiane
- **AG Pflegepolitik neu konstituieren:** Enger Kern: Vorstand; aber auch Einbindung von Mitgliedern – Stellenbeschreibung – Mitglieder mit Kompetenzen erstmal punktuell einbinden um dem Vorstand zuzuarbeiten
- **Regionale Ansprechpartner:** Stellenbeschreibung erstellen
- **Mitgliederversammlung und Fachtag:** Termin 3./4. Mai 2024 im Stephansstift
- **Projekt zur Resilienz pflegender Angehöriger** – Internationales Konsortium, der Bundesverband ist Mitglied in diesem 4-jährigen Projekt und wird ein bundesweites „Blended Learning Network (BLN)“ erstellen – mit Partnern aus verschiedenen Sektoren die an Resilienz-stärkenden Initiativen arbeiten – und wir wollen Partner in Niedersachsen einbinden

Silvia Kaes endet die erfolgreiche Strategiewerkstatt mit Dank an alle Teilnehmer*innen. Ein gemeinsames Mittagessen folgt vor der Heimreise.

Präsentation auf den nächsten Seiten



Anlage 1: Der Wert der Selbsthilfe – Präsentation von Jana Schuschke

wir pflegen!
Bundesverband

Der Wert der Selbsthilfe

wir pflegen e.V.

Agenda

1. Gemeinschaftliche Selbsthilfe
2. Pflegeselbsthilfe (evtl. tauschen mit Punkt 3)
3. Digitale Selbsthilfe
4. Angebote des Bundesverbandes
5. Selbsthilfe und Interessenvertretung

2 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

Gemeinschaftliche Selbsthilfe

3 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

Definition Selbsthilfe

- besondere Form des freiwilligen sozialen Engagements
- gegenseitige Hilfe, außerhalb der Sphären privater Haushalte und Familien und professioneller Dienstleistungssysteme
- **Hauptmerkmal**
 - solidarisch geteilte Selbstbetroffenheit
 - in selbstorganisierten Gruppen.“

(NAKOS 2006: 15)

4 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

Zahlen und Wirkung

- kompetenterer Umgang mit chronischen Erkrankungen und Behinderung
- Gewinn von Mündigkeit (als Patient*in, Bürger*in) durch Informationsaustausch
- Entwicklung von Handlungskompetenz und Selbstmanagementfähigkeiten bspw. zur Krisenbewältigung


Quelle NAKOS (2017: 10) und <https://www.nakos.de/informationen/basiswissen/selbsthilfe/>

Jede*r 10. Erwachsene nimmt im Lebensverlauf an einer Selbsthilfegruppe teil.

5 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

Formen der gemeinschaftlichen Selbsthilfe

- Selbsthilfegruppen
 - Gesprächsgemeinschaften (meist ohne professionelle Leitung)
 - Gruppen, die thematisch mit Fachreferent*innen arbeiten
 - Arbeitskreise
- Anonymusgruppen
- Betroffene für Betroffene – Peer-to-Peer-Groups
- Selbsthilfeorganisationen
- Selbsthilfeinitiativen
- Digitale Selbsthilfe



Quelle: NAKOS 2017: 14ff. und 2006: 19

6 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

Was ist eine Selbsthilfegruppe?

- Hauptaktivitäten
 - Austausch
 - Gegenseitige Hilfe
- Weitere Handlungsfelder, bspw.
 - Wissenserwerb
 - Netzworkebildung
 - Gemeinsames Wirken nach außen mit dem Ziel, sozialer Veränderung

Quelle: NAKOS 2020: 39

7 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

Merkmale Selbsthilfegruppen (Gesprächsgruppen)

- Wohnortnah auf informeller Ebene
- Regelmäßige Gruppentreffen über einen längeren Zeitraum
- Mitglieder sind Gleichbetroffene
- Alle Mitglieder sind gleichgestellt “
- Keine professionelle Leitung
- Offenes Gespräch, wechselseitige Hilfe, Weitergabe von Erfahrungen werden betont
- Kostenlose Teilnahme

Quelle: NAKOS 2006: 19


8 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

Pflegeselbsthilfe

9 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

Was ist Pflegeselbsthilfe

- Im Vordergrund steht Pflegesituation und nicht der Krankheitsbezug
- Pflegende An- und Zugehörige treffen Menschen in der gleichen Lage
- Gespräche in Gruppen bieten Hilfe für die eigene Pflegesituation
- Neben Erfahrungsaustausch auch aktive und kreative Angebote
- professionelle Begleitung bzw. In-Gang-Setter*innen



Quelle: <https://www.dag-shg.de/themen/selbsthilfe-und-pflege/> und https://www.dag-shg.de/News/Materialien/2022/DAGSHG-Fachforum_Pflegende-und-sorgende-Angeh%C3%B6rige.pdf

10 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.



Pflegeselbsthilfe in Deutschland



- Menschen, die Angehörige, Zugehörige oder Nachbarn pflegen oder sich um sie kümmern und sorgen, bspw.:
 - Eltern pflegebedürftiger Kinder
 - Kinder und junge Erwachsene pflegebedürftiger Eltern
 - aus der Ferne unterstützende Pflegenden
 - hochaltrige Pflegepersonen
 - Angehörige von Menschen mit Behinderung und Pflegebedarf

Quellen: <https://www.dag.de/themen/selbsthilfe-und-pflege/> und https://www.dag.de/data/Materialien/2023/DAGSHG_FactSheet_PSH1.pdf

11 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

Selbsthilfegruppen pflegender Angehöriger bieten ...

- Erfahrungsaustausch, Unterstützung, Verständnis
- Entwicklung von Handlungskompetenz und Selbstmanagementfähigkeiten
- Linderung der emotionalen, psychischen und körperlichen Einwirkungen & Erfahrungen der Pflegetätigkeit
- Potential zur Beteiligung und öffentlichkeitswirksamen Einbringung der eigenen Pflegeerfahrung in Gremien oder Arbeitskreisen
- Wege aus sozialer Isolation

12 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

Digitale Selbsthilfe und Angebote des Bundesverbands

13 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

Was ist digitale Selbsthilfe?

- Austauschnetze und Selbsthilfeforen bspw. im Internet, per App, über Video- oder Telefonkonferenz, per Chat
- Regional oder überregionale ggf. mit thematischen Bezug
- in „digitalen Selbsthilfegemeinschaften“ ist das Kennen aller anderen Personen nicht möglich
- Die Bindung der Akteure stellt sich über geteilte Werte her.

Quellen: NAKOS 2017: 14ff. und <https://digitale-selbsthilfe.de/versteht-digitale-selbsthilfe/>

14 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

Vorteile und Herausforderungen digitaler Selbsthilfe



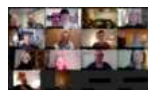
- Nutzung orts- und zeitunabhängig
- Schließung von Unterstützungsstellen für pflegende Angehörige
- Geringer Aufwand bei Gründung und Durchführung
- Anfahrtszeiten und Organisation der Verkehrsunterstützung entfallen
- Mehr Menschen können sich (auch zu speziellen Fragen) finden

- Auswahl der passenden Anwendungen
- verfügbare Formate der Technik und Methodik
- Erreichbarkeit der Zielgruppe
- Schutz der Privatsphäre der Beteiligten nicht aus den

15 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V. Quellen: <https://digitale-selbsthilfe.de/versteht-digitale-selbsthilfe/> und <https://www.wir-pflegen.net/helfen/digitale-selbsthilfe>

Regelmäßige Digitale Veranstaltungen

- Digitales Austauschforum für pflegende Eltern (i.d.R. jeden Mittwoch im Monat 19:30 bis 21:00 Uhr)
- Digitales Café für pflegende Angehörige (i.d.R. jeden 2. Donnerstag im Monat 14:30 bis 16:00 Uhr)
- Digitale Selbsthilfegruppe „wir pflegen Kinder mit Autismus-Spektrum-Störungen“ (i.d.R. jeden 2. Montag im Monat 19:30 bis 21:00 Uhr)



17 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

App in.kontakt zum Vernetzen, Informieren und Austauschen

- Bundesweit, ortsunabhängig, jederzeit, flexibel, barrierearm
- Vordefinierte Chatkanäle, privater 1:1 Chat
- Kostenlos verfügbar im App Store und Play Store



18 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

Selbsthilfe und Interessenvertretung

19 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

Pflegende Eltern – Raus aus der Unsichtbarkeit

- Schaffung von Selbsthilfestrukturen
- Bündelung der Interessen
- Digitale überregionale Selbsthilfegruppe(n)
- Kampagnen (Social Media, Webseite)
- Vernetzungen pflegender Eltern und ihrer Initiativen und Vereine
- Thematische Arbeitsgruppen
- Handlungsempfehlungen an Politik



<https://wir-pflegen.net/pflegende-eltern>

20 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.

Quellen

- NAKOS (2006) Selbsthilfe unterstützen. Praktische Grundlagen für die Arbeit in Selbsthilfegründungen und anderen Unterstützungsnetzwerken. Ein Leitfaden. Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (InK).
- NAKOS (2017) Starthilfe. Zum Aufbau von Selbsthilfegruppen. Ein Leitfaden. Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (InK).
- NAKOS (2020) Selbsthilfe im Überblick & Zahlen und Fakten 2016. Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (InK).
- <https://www.wir-pflegen.net/helfen/digitale-selbsthilfe/>
- <https://www.dag.de/themen/selbsthilfe-und-pflege/>
- https://www.dag.de/data/Materialien/2023/DAGSHG_FactSheet_PSH1.pdf
- https://www.dag.de/data/Materialien/2022/DAGSHG_FactSheet_Pflegende-und-pflegende-Angehorige.pdf
- <https://www.wir-pflegen.net/helfen/digitale-selbsthilfe/>
- <https://www.wir-pflegen.net/helfen/digitale-selbsthilfe/>

21 | Der Wert der Selbsthilfe
wir pflegen e.V.



Anlage 2 – Visualisierung der Selbsthilfeangebote 2030

wir pflegen!
Bundesverband

wir pflegen

Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen

1 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen

Agenda

1. Aktueller Stand
2. Unsere Visionen bis 2030
3. Versorgungsformen
4. Freiwillig/ehrenamtliche Unterstützung
5. Beteiligung pflegender Angehöriger

2 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen

Aktueller Stand

3 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen

Das sind wir!



Im Ruhestand

Arbeitend

Finanziell voneinander abhängig

Pflegende Eltern

Pflegende Partner*innen

Pflegende Kinder

4 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen

Wir wollen...

- ... die Interessen pflegender Angehöriger auf lokaler, regionaler und landesweiter Ebene vertreten.
- ... gemeinsam mit Entscheidungsträger*innen im Sinne pflegender Angehöriger agieren.
- ... pflegende Angehörige in ihrer Rolle stärken.
- ... die Selbsthilfe pflegender Angehöriger fördern.

5 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen

Selbsthilfe für pflegende Angehörige in Niedersachsen



Quelle: <https://de.wikipedia.org/wiki/Niedersachsen>

- Präsenz-Selbsthilfegruppen in den unterschiedlichen Kommunen
- Digitale Selbsthilfegruppen über den Bundesverband
- Digitale Selbsthilfegruppe Landesverein Niedersachsen

6 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen

Unsere Visionen bis 2030

7 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen

Weitere Betätigungsfelder

- Psychosoziale Beratung
- Sorgentelefon
- Podcasts
- Infoblätter zu Erkrankungen und Ansprechpartnern

8 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen

Weitere Betätigungsfelder

- Informations- und Fortbildungsangebote
- Angebot rechtlicher Beratung und Begleitung
- KI in der Selbsthilfe
- Aufbau regionaler Anlaufstellen des Vereins

9 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen

Versorgungsformen

10 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen



Aktuelle Situation pflegender Angehöriger

- Betreuung innerhalb des Zuhauses
- mit/ ohne Pflegedienst
- Haushaltshilfe
- Betreuungsdienste
- persönliche Assistenz
- Tagespflege
- Pflegeberatung
- Hilfsmittelunterstützung

11 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen



Aktuelle Situation pflegender Angehöriger

- Unterbringungsformen außerhalb des Haushalts
- Kurzzeitpflege
- Betreutes Wohnen
- Stationäre Langzeitpflege (Heim)
- Pflege-Wohngemeinschaften

12 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen



Best practice Beispiel



13 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen



Pflege mal anders

- wer ist Hanna Lene?
- warum diese Wohnform / Art der Pflege?
(24/7 eine 1:1 Betreuung + 7 Std. täglich 2:1)
- wer arbeitet dort mit?
- Finanzierung
- kurz- und langfristige Ziele

14 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen



Pflege mal anders

Weitere Informationen



15 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen



Freiwillig/ehrenamtliche Unterstützung

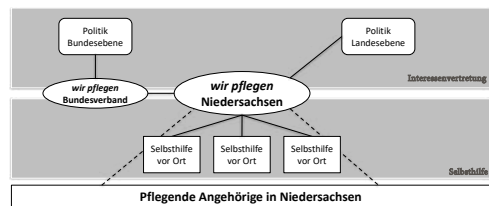
16 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen



17 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen



Unsere Struktur



18 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen



Wo wollen wir uns beteiligen?

- Ansprache Beratungsstellen
- Ansprache Kontaktstellen
- Ansprache Pflegekonferenzen der Kommunen
- Ansprache Pressevertreter
- Ansprache Bürgervereine
- Ansprache Kirchengemeinden

20 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen



Wo wollen wir uns beteiligen?

- Ansprache Hochschulen (Hannover, Bremen, Osnabrück, Oldenburg, Vechta, Emden, Lüneburg)
- Ansprache Universitäten (Hannover, Oldenburg, Bremen)
- Bereiche Medizin, Versorgungsforschung, Public Health, Gesundheitswissenschaften, soziale Arbeit, Gerontologie...

21 | Vision 2030 Interessenvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen



Vision

Gleichberechtigung

Eine Gesellschaft, in der *pflegende Angehörige* bessere Unterstützung, Absicherung und Wertschätzung erfahren und selbstbestimmt die Vereinbarkeit von Pflege, Familie, Beruf und sozialer Teilhabe leben.

22 | Vision 2030 Interessvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.

wir pflegen!
Interessvertretung und Selbsthilfe pflegender Angehöriger in N
kontakt@wir-pflegen.net
Alt (Hilke) 01 10193 (Arndt)
0185 4397 5743
wir-pflegen.net

AG Selbsthilfe:

- Christina Immig-Pries
- Axel Josten
- Sabrina Kraft
- Gabriele Linster
- Petra Rothe

www.wir-pflegen.net/niedersachsen | facebook | twitter

23 | Vision 2030 Interessvertretung und Selbsthilfe in Niedersachsen
wir pflegen

xAnlage 3 – Organisation einer realen Selbsthilfegruppe – wie gehen wir vor? – Dr. Gisela Löhberg

wir pflegen!
Bundesverband

Organisation einer realen Selbsthilfegruppe – wie gehen wir vor?

1 | Strategiewerkstatt 2024-01-13 Dr. Gisela Löhberg
wir pflegen

Agenda

1. Unsere Treffen
2. Wie wir arbeiten
3. Öffentlichkeitsarbeit
4. Finanzierung
5. Selbsthilfekontaktstelle
6. Aufgabenverteilung

Strategiewerkstatt 2024-01-13 Dr. Gisela Löhberg

2 | Strategiewerkstatt 2024-01-13 Dr. Gisela Löhberg
wir pflegen

Unsere Treffen

- 1x monatlich am Nachmittag
- sehr offene SHG
- häufig Gäste
- keine Teilnahmepflicht
- wichtig: Verschwiegenheit
- Datenschutz

Strategiewerkstatt 2024-01-13 Dr. Gisela Löhberg

3 | Strategiewerkstatt 2024-01-13 Dr. Gisela Löhberg
wir pflegen

Wie wir arbeiten

- Begrüßung, Kaffee, Kuchen, Austausch
- 9x jährlich Referent*innen
- Vortrag und Gespräch
- Themenplanung im Oktober
- Juli und Dezember ohne Thema

Strategiewerkstatt 2024-01-13 Dr. Gisela Löhberg

4 | Strategiewerkstatt 2024-01-13 Dr. Gisela Löhberg
wir pflegen

Öffentlichkeitsarbeit

- Homepage
- Flyer
- Jahresprogramm
- Presseankündigungen
- Erinnerungsmail, Handzettel ...
- Presseartikel
- ...

Strategiewerkstatt 2024-01-13 Dr. Gisela Löhberg

5 | Strategiewerkstatt 2024-01-13 Dr. Gisela Löhberg
wir pflegen

Finanzierung

- Kassenübergreifende Pauschalförderung
- Krankenkassenindividuelle Projektförderung
- Förderung nach §45 d SGB XI
- Förderung Erwachsenenbildung
- Spenden
- eigenes SHG-Konto
- Buchführung

Strategiewerkstatt 2024-01-13 Dr. Gisela Löhberg

6 | Strategiewerkstatt 2024-01-13 Dr. Gisela Löhberg
wir pflegen



Finanzierung – Beispiel Projektförderung

- Antragsformular Projektförderung
- Darstellung/Beschreibung des Projektes
- Projektfinanzierungsplan
- Selbstdarstellung SHG
- ggf. Presseartikel/Flyer/Handzettel

7 Strategiewerkstatt 2024-01-13 Dr. Gisela Lohberg
wir pflegen



SHG Pflegende Angehörige

Termin: 15.04.2024, 15.00 – 16.30 Uhr

Ort: Gemeindehaus der Bonnus-Kirchengemeinde, Obere Martinistr. 54, 49078 Osnabrück

Thema: Vorsorge für den Notfall: Vorsorgevollmacht, Betreuungsrecht, Patientenverfügung – wer sich bewegt, gewinnt!

Inhalte: Pflegende Angehörige tragen eine hohe Verantwortung sowohl für die pflegebedürftige Person als auch für sich selbst. Aus diesem Grund ist es wichtig, rechtzeitig Vorsorge für den Notfall, verursacht durch Unfall, schwere Krankheit oder Geschäftsunfähigkeit aus anderem Grund, zu treffen. Wie kann ich für mich selbst adäquate Lösungen finden und wie gestaltet sich dann die rechtliche Vertretung für mich selbst und für meine Angehörigen?

An diesem Nachmittag wird es um die rechtlichen Rahmenbedingungen einer gesetzlichen Betreuung und um die Betreuungsverfügung gehen, daneben auch um Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung.

Referentin: Elke Eilers, Diplom-Sozialarbeiterin, Fachdienstleiterin eines Betreuungsvereins

Honorar incl. Fahrtkosten: 70,00 €

8 Strategiewerkstatt 2024-01-13 Dr. Gisela Lohberg
wir pflegen



Selbsthilfekontaktstelle

- Starthilfe für neue SHGs
- SHG-Räume
- Beratung Finanzierung
- Unterstützung ÖA, z.B. Homepage und Ankündigungen
- Fortbildungen
- Vernetzungen mit anderen SHGs und nach außen
- <https://www.selbsthilfekontaktstelle-os.de/>

9 Strategiewerkstatt 2024-01-13 Dr. Gisela Lohberg
wir pflegen



Aufgabenverteilung

- Leitung und Stellvertretung
- Organisation allgemein
- Programmplanung
- Öffentlichkeitsarbeit
- Finanzen
- Mithilfe bei den Treffen

10 Strategiewerkstatt 2024-01-13 Dr. Gisela Lohberg
wir pflegen

