

info plus

Informationen der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen

GESUNDHEIT ANGEHÖRIGER SCHÜTZEN

Achtsam sein für die Belange der Pflegenden

Um die Gesundheit pflegender Angehöriger zu schützen, hat die Unfallkasse NRW (UK NRW) deutschlandweit einzigartige und umfassende Angebote entwickelt: Netzwerkarbeit, maßgeschneiderte Seminare, Broschüren, Zeitschriften und eine Website. „Unser Know-how stellen wir Kommunen und Kreisen in NRW gern zur Verfügung“, sagt Gabriele Pappai, Sprecherin der Geschäftsführung der UK NRW.

■ Wer zu Hause einen Angehörigen pflegt, ist körperlich und psychisch stark belastet. Sehr früh nahm die UK NRW die gesundheitlichen Gefahren und Belastungen für diese Versichertengruppe in den Blick. Pflegeexperten erarbeiteten ein Paket rund um den Gesundheitsschutz und starteten ein Modellprojekt. „Das Thema betrifft angesichts des demografischen Wandels die gesamte Gesellschaft. Kommunen und Kreise müssen künftig stärker ihr Augenmerk darauf richten. Im Idealfall gestalten sie selbst Netzwerke als Moderator mit. Wir können sie dabei unterstützen und beraten“, sagt Pappai.

Wie baut man ein Netzwerk auf und nutzt es, um häuslich Pflegende gezielt anzusprechen, zu entlasten und zu unterstützen? Diesen Fragen

widmete sich die UK NRW gemeinsam mit den Städten Dortmund und Solingen drei Jahre lang im Modellprojekt „Neuheit für Pflege“. Die wichtigsten Akteure der Städte institutionalisierten den Austausch mit dem Ziel, pflegende Angehörige frühzeitig zu erreichen. Über das Projektende hinaus ist das Netzwerk vor Ort nicht nur lebendig, sondern wächst. „Neuheit für Pflege“ hat zudem Strahlkraft: „Neue Initiativen in anderen Städten profitieren davon“, so Pappai.

Zu den vielfältigen Wegen, Pflegende zu unterstützen, zählt eine ganze Seminarreihe: Die Pflegeexperten der UK NRW machen Multiplikatoren aus ambulanten Pflegediensten, Beratungsstellen und Pflegekassen fit für Themen wie „Umgang mit

SERVICE
Informationen rund um den Gesundheitsschutz pflegender Angehöriger:
www.beim-pflegen-gesund-bleiben.de

Demenz“, „Verlust und Trauer“ oder „Konfliktmoderation“. „Wir setzen bei den Profis an“, betont Pappai, „denn sie tragen ihr Wissen in die Breite.“ Mit einem eigens entwickelten Selbstbewertungsinstrument können Einrichtungen zudem testen, wie angehörigefreundlich sie sind. Schließlich spricht die UK NRW über Zeitschriften, Flyer und eine Website Profis und Angehörige direkt an. Pappai: „So sensibilisieren wir gezielt dafür, die Belastungen in der häuslichen Pflege zu verringern.“

info plus als PDF per Mail: infoplus@kompart.de

NEUE PRÄVENTIONSBROSCHÜRE DER UK NRW

Gutes für Körper und Seele

■ „Prävention von Erkrankungen – Informationen für pflegende Angehörige“ ist der Titel einer neuen Broschüre, die die Unfallkasse NRW im Rahmen der Präventionskampagne „Denk an mich. Dein Rücken“ anbietet. In der Broschüre werden Möglichkeiten aufgezeigt,

wie häuslich Pflegende körperliche und psychische Belastungen verringern können. Tipps für einen starken Rücken sind ebenso aufgeführt wie Informationen zum Haut- und Infektionsschutz, zu verschiedenen gesetzlichen Regelungen und zum Versicherungsschutz. Darü-

ber hinaus enthält die Broschüre Adressen der Pflegestützpunkte sowie kommunaler und anderer Pflegeberatungsstellen aus Nordrhein-Westfalen. Weitere Informationen und die Möglichkeit zum Download unter: www.unfallkasse-nrw.de WebCode N764

Start

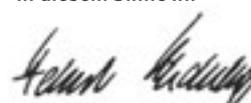


Helmut Etschenberg,
Vorstandsvorsitzender der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen

Beim Pflegen gesund bleiben

Pflegende Angehörige sind wertvoll: für ihre pflegebedürftigen Eltern, Kinder, Partner und für die Gesellschaft. Diese Menschen sorgen dafür, dass Pflegebedürftige möglichst lange in ihrer vertrauten Umgebung bleiben können. Ohne ihren Einsatz wäre Pflege hierzulande weder zu organisieren noch zu bezahlen. In NRW übernehmen bereits knapp 780.000 pflegende Angehörige diese Aufgabe. Oft überfordern sie sich und werden krank. Kommunen und Kreise engagieren sich bereits stark im Bereich Pflege. Im Maße wie der Fokus heute auf Pflegebedürftige gerichtet wird, sollte auch der Gesundheitsschutz pflegender Angehöriger im Blick sein. Letztere kümmern sich oft viel zu spät um das eigene Wohl. Sie benötigen Impulse von Dritten, die Abstand zur häuslichen Situation haben. Professionell Pflegende und Pflegeberater können diese Dritten sein. In unseren Seminaren sensibilisieren wir Profis für die Nöte Angehöriger und zeigen auf, wie eine Entlastung aussehen kann. Beim Pflegen gesund bleiben ist das Ziel – es gilt für erwerbsmäßig und häuslich Pflegende gleichermaßen.

In diesem Sinne Ihr


Helmut Etschenberg

Drei Fragen an



Barbara Steffens,
Ministerin für
Gesundheit, Eman-
zipation, Pflege und
Alter des Landes
Nordrhein-Westfalen

Einsatz bis zur Grenze der Belastbarkeit

Kommt der Gesundheitsschutz pflegender Angehöriger zu kurz?

■ Leider vielfach ja. Pflegende Angehörige setzen sich oft bis zur Grenze ihrer Belastbarkeit ein und nicht selten darüber hinaus. So weit darf es erst gar nicht kommen. Sie brauchen praktische Anleitung, wie bei der Pflege selbst eigene Kräfte geschont werden können, und zeitliche Entlastung. Längst überfällig ist eine grundlegende Pflegereform des Bundes mit spürbaren Verbesserungen für pflegenden Angehörige.

Was macht das Land, was wünschen Sie sich von den Kommunen?

■ Pflege der Zukunft ist Pflege im Quartier. Mit dem „Masterplan altengerechte Quartiere.NRW“ unterstützt das Land Kommunen bei der durch den demografischen Wandel notwendigen Weiterentwicklung von Wohnvierteln. Das neue Landespflegegesetz soll Kommunen stärker in die Verantwortung nehmen für bedarfsgerechte Unterstützungsangebote für Angehörige. Dabei wünsche ich mir einen ganzheitlichen Blick auf deren komplexe Situation.

Wie bewerten Sie das Engagement der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen für pflegende Angehörige?

■ Präventiver Gesundheitsschutz und Gesundheitsförderung sind der richtige Weg, um zu verhindern, dass pflegende Angehörige selbst zum Pflegefall werden.

SOLINGEN STÄRKT NETZWERK FÜR HÄUSLICHE PFLEGENDE

Lotsen für die Gesundheit

Vernetzung, Beratung, direkte Hilfen: Solingen ist heute gut aufgestellt, um pflegende Angehörige zu unterstützen. Den Grundstein dafür legte das Projekt „Neuheit für Pflege“, das die Unfallkasse Nordrhein-Westfalen 2008 initiierte.

■ Von ambulanten Pflegediensten über Senioreneinrichtungen bis zu Kliniken und der kommunalen Pflegeberatung brachte das Projekt die wichtigen Akteure an einen Tisch mit pflegenden Angehörigen selbst. „Sie sind miteinander ins Gespräch gekommen, tauschen sich regelmäßig aus und unterstützen sich gegenseitig. Das ist sehr gewinnbringend“, sagt Solingens Oberbürgermeister Norbert Feith.

Die Netzwerkpartner entwickelten beispielsweise eine Notfallkarte mit Informationen zum Pflegenden und zum Pflegebedürftigen sowie eine Checkliste für pflegende Ange-

hörige, riefen Gottesdienste mit anschließender Beratung ins Leben, gehen über Informationen in Apotheken und bei Ärzten gezielt auf Pflegende zu.

„Wir haben zudem die Kommunale Pflegeberatung aufgestockt. Ganz wichtig sind für uns auch die Schulungen der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen auf diesem Gebiet, etwa zum Umgang mit Demenz“, sagt Feith.

„Die Arbeit im Netzwerk hat unseren Blick auf pflegende Angehörige verändert. Wir beraten heute anders“, sagt Netzwerkpartnerin Gabriele Brandt, die das Ressort Pflege der Evangelischen Altenhilfe Wald GmbH leitet. Nach Beendigung des Projekts im Jahr 2011

übernahm Brandt von der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen die Moderation und sorgt weiterhin dafür, dass die Netzwerkpartner sich regelmäßig treffen und darüber austauschen, welche neuen unterstützenden Angebote es für pflegende Angehörige gibt.

„Wir haben kurze Wege geschaffen. Wir wissen, wohin wir die Leute schicken können und sorgen dafür, dass sie Hilfe bekommen, wenn wir selbst sie nicht bieten können“, sagt Pflegewissenschaftlerin Brandt. Die Netzwerkpartner verstehen sich laut Brandt als Lotsen für die pflegenden Angehörigen, „von denen viele selbst sagen, dass sie sich verloren wie in einem Irrgarten fühlen.“

Solingen ist also schon sehr aktiv, trotzdem sieht Brandt auch für die Zukunft noch zusätzlichen Bedarf. Gerade öffnet sich das Netzwerk für weitere Partner.

„Wir müssen noch viel mehr Öffentlichkeit herstellen, die pflegenden Angehörigen müssen wissen, dass wir sie unterstützen. Und: Ich würde mir wünschen, dass sie sich frühzeitig entsprechende Unterstützung holen, um die häusliche Pflegesituation aufrechtzuerhalten.“

Gerade das fällt pflegenden Angehörigen sehr schwer, wie Brandt und ihre Kollegen immer wieder beobachten.

SERVICE
Weitere Infos über das „Netzwerk zum Gesundheitsschutz nicht erwerbsmäßig Pflegender“ – kurz „Neuheit für Pflege“:
www.beim-pflegen-gesund-bleiben.de > Infos zum Projekt > Allgemeine Informationen zum Projekt

GUT BERATEN

Wie der sorgsame Blick hilft

■ „Es ist in Ordnung, wenn Sie sich auch um sich selbst kümmern.“ Diesen Satz muss Holger Förster häufig zu pflegenden Angehörigen sagen. Für die allermeisten von ihnen hat die Pflege des kranken Partners oder Kindes Vorrang, sie selbst bleiben dabei oft auf der Strecke. Jeder pflegende Angehörige ist anders, jeder hat seine speziellen Probleme. Um jeden einzelnen bestmöglich zu beraten und zu unterstützen,

bildet sich Senioren- und Pflegeberater Förster regelmäßig in den Seminaren der Unfallkasse NRW weiter. „Ich habe mittlerweile sämtliche Seminare besucht und viel daraus für mich mitgenommen“, sagt der Stadtteilkoordinator im Netzwerk der Generationen für Dümpten und Styrum in Mülheim an der Ruhr. Gesundheitsschutz, Entlastung, Konflikte in der Familie, Trauer, Gesprächsführung – die Vielfalt

der Themen in den Seminaren vertieften Försters Verständnis und veränderten seinen Blick auf pflegende Angehörige. „Ich weiß heute besser, wie ich die pflegenden Angehörigen mit meinen Angeboten erreiche“, sagt der Sozialarbeiter. Ein Gewinn für seine tägliche Arbeit ist es für Förster außerdem, sich bei den Seminaren mit Kollegen aus anderen Berufsgruppen rund um die Pflege auszutauschen.

SEMINARREIHE DER UK NRW

Durch Pflegeprofis Angehörige erreichen

Pflege, Trauer, Konflikte, Isolation: Der Alltag pflegender Angehöriger ist belastend. Die UK NRW sensibilisiert Pflegeprofis in einer speziellen Seminarreihe dafür, wie sie sich gezielt für die Gesundheit pflegender Angehöriger einsetzen können.

■ Nicht nur die Pflegebedürftigen sind auf Hilfe angewiesen, auch die pflegenden Angehörigen brauchen die Unterstützung der Pflegeprofis. „Darauf lenken wir den Blick unserer Teilnehmer aus der professionellen Pflege“, sagen die Seminarleiter der Unfallkasse NRW, Alexandra Daldrup und Martin Schieron. Die Seminarreihe umfasst folgende Angebote:

■ Gesundheitsschutz 1, 2, 3

Wie können Angehörige die Pflege schaffen, ohne auf der Strecke zu bleiben? Unter dem Motto „Wegweiser zur eigenen Mitte“ lernen die Pflegeprofis im ersten Seminarteil Hilfs- und Entlastungsangebote kennen. Teil 2 des Seminars hat die Psyche im

Blick: „Wichtig ist, Burn-out-Anzeichen der Angehörigen früh zu erkennen“, sagt Daldrup, Referentin in der Abteilung Prävention der Regionaldirektion Westfalen-Lippe. In Teil 3 erlernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer unter anderem Übungen für Körper und Seele.

■ Demenz

„Wir nehmen einen Perspektivwechsel vor und setzen bei den Ressourcen des kranken Menschen an“, sagt Daldrup. Ein Schwerpunkt des Seminars ist auch der Umgang mit demenzerkrankten Menschen in schwierigen Situationen, zum Beispiel bei Wut und Angst.

■ Moderation

Pflege geht oftmals mit innerfamiliären Konflikten einher: Wer ist zuständig? Wer zahlt? Schwierige Gespräche so zu moderieren, dass die Konfliktparteien zu eigenen Lösungen finden, das ist das Ziel dieses Seminars.

■ Verlust und Trauer

„Beides sind Themen, die nicht erst mit dem Tod auf die Ange-

Zum Thema

Gezielte Schulung für die Gesundheit häuslich Pflegenden*



* Seminarreihe der UK NRW für Pflegeprofis

hörigen zukommen“, sagt Pflegewissenschaftler Schieron, Aufsichtsperson in der Hauptabteilung Prävention der Regionaldirektion Rheinland. Die Teilnehmer lernen Strategien, um Angehörige beim Umgang mit Trauer zu unterstützen.

■ Rückengerechtes Arbeiten

Anliegen des Seminars ist es, pflegende Angehörige körperlich zu entlasten. Die teilnehmenden Pflegeprofis haben

hier meist schon große Kenntnisse. „Wir sensibilisieren sie dafür, dieses Wissen gezielt auf die individuellen Bedürfnisse des häuslich Pflegenden zuzuschneiden“, sagt Schieron.

■ Kommunikation

Der erste Eindruck entscheidet – das gilt auch für das erste Gespräch mit dem Pflegeberater. In praktischen Übungen steht die wertschätzende Gesprächsführung im Vordergrund.



Elise Schulenburg (59) ist Krankenschwester und Diplom-Sozialarbeiterin. Sie arbeitet als Pflegeberaterin im Stadtdienst Soziales in Solingen.

Was macht eigentlich ...

... eine Beraterin für pflegende Angehörige?

■ Pflegende Angehörige stehen immens unter Druck: der pflegebedürftige Mensch zu Hause, die eigene Arbeit, eventuell sind Kinder zu versorgen. Zudem haben pflegende Angehörige ein schlechtes Gewissen, für sich selbst etwas zu tun. Sie ignorieren die Belastung oft so lange, bis sie zusammenbrechen oder kurz davor sind. Aus diesen Gründen hatten wir die pflegenden Angehörigen immer schon im Blick. Im Zuge des Projekts „Neuheit für Pflege“, das die UK NRW hier initiiert hat, konnte die Zusammenarbeit mit den Netzwerkpartnern ausgeweitet und verbessert

werden. Große Unterstützung erhielten wir etwa bei unserer Öffentlichkeitsarbeit, mit der wir jetzt auch eine Vielzahl pflegender Angehöriger erreichen. Wir beraten so früh wie möglich und gehen aktiv auf pflegende Angehörige zu. So verständigen uns die Krankenhäuser, sobald sie ältere Patienten entlassen. Hier bekommen wir auch Ansprechpartner wie Angehörige oder Freunde genannt und vereinbaren sofort einen Termin: Ab jetzt beraten wir den Pflegebedürftigen und den Pflegenden. Es ist ganz wichtig, die Pflege so früh wie möglich auf mehreren Schultern zu

verteilen, weil sonst Kraft und Liebe ausgehen. Welche zusätzlichen Betreuungsdienste gibt es? Wo kann ich einen Pflegekurs machen? Wie kann ich mir Freiräume verschaffen? Das sind Fragen, die wir beantworten. Den Betroffenen geben wir direkt Ansprechpartner an die Hand. Dabei beraten wir oft auch im Rahmen von Hausbesuchen und nicht nur im Büro. Um möglichst früh in Kontakt zu kommen, betreiben wir intensiv Öffentlichkeitsarbeit. Ein Zeichen dafür, wie wichtig uns in Solingen das Thema ist: Wir haben zusätzliche Mitarbeiter dafür bekommen.

Personalien

Das NRW-Landeskabinett hat jetzt auf Vorschlag von Ministerpräsidentin Hannelore Kraft drei neue Staatssekretäre ernannt:



Martina Hoffmann-Badache (57) heißt die neue Staatssekretärin im Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter. Sie kommt vom Landschaftsverband Rheinland und tritt im Ministerium die Nachfolge von Marlis Bredehorst an.

Thorsten Klute (39), bisher Bürgermeister von Versmold, ist neuer Staatssekretär im Ministerium für Arbeit, Integration und Soziales und löst Zülfiye Kaykin ab.



Bernhard Nebe (56), zuvor beim Bau- und Liegenschaftsbetrieb NRW tätig, folgt als Staatssekretär im Ministerium für Inneres und Kommunales auf Hans-Ulrich Krüger.

SO ANGEHÖRIGENFREUNDLICH SIND WIR

Pflegedienste können den Selbsttest machen

Wie angehörigengenehm sind wir? Mit dem Selbstbewertungsinstrument der UK NRW gewinnen ambulante Pflegedienste und andere Pflege-Institutionen schnell Klarheit.

■ Gerade ambulante Pflegedienste haben die Chance, dafür zu sorgen, dass pflegende Angehörige sich nicht überfordern und krank werden. „Das Bewusstsein dafür wächst, doch das Hilfs- und Entlastungsangebot ist noch sehr überschaubar“, sagt Alexandra Daldrup, Referentin von der UK NRW. Zusammen mit ihrem Kollegen Martin Schieron rief sie deshalb in Dortmund und Solingen das Netzwerk-Projekt „Neuheit für Pflege“ ins Leben. In dieser Zusammenarbeit mit Institutionen, Pflegeprofis und Angehörigen wurde unter anderem ein Fragebogen entwickelt, mit dem sich eine Einrichtung kostenlos, schnell und einfach die entscheidenden Fragen rund um das Thema Gesundheitsschutz für pflegende Angehörige stellen kann: Widmen wir den

pflegenden Angehörigen direkte Angebote, etwa zur Entspannung, Beratung oder zum Sport? Wie machen wir diese Angebote bekannt? Gehen wir wertschätzend mit ihnen um? Wie sind wir mit anderen Anbietern in der Prävention vernetzt? Die Einrichtungen können prüfen, wo sie stehen. Der Selbstbewertungsbogen legt offen, wie aktiv sie bereits in Sachen Prävention sind. „Außerdem können sie ihr Profil ausrichten. Somit ist der Bogen auch ein Instrument zur Organisationsentwicklung“, sagt Pflegewissenschaftler Schieron. Wer sich hier Ziele für die Zukunft setzt, um den Gesundheitsschutz für pflegende Angehörige weiter auszubauen, kann damit öffentlichkeitswirksam punkten: Die UK NRW prüft die Unterlagen und gibt eine Selbstverpflichtungserklärung aus. Die Dienste können damit wie mit einem Zertifikat werben. **Infos:** www.unfallkasse-nrw.de/gesundheitsdienstportal > **Pflegende Angehörige** > **Infos für professionell Pflegende** > **Medien** > **Sonstiges**

UNFALLKASSE NRW

Seminare 2014 sind online

Das Seminarprogramm 2014 der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen ist online.

■ In der Allgemeinen Unfallversicherung reichen die Seminarangebote 2014 der Unfallkasse NRW von Schulungen für Führungskräfte bis hin zu spezifischen Seminaren für die Freiwilligen Feuerwehren. Arbeits- und Gesundheitsschutz stehen dabei im Mittelpunkt der Fortbildungen. Diesen Service bietet die Unfallkasse NRW auch für Beschäftigte in Schulen, Hochschulen oder Kindertageseinrichtungen an. Dazu gehören beispielsweise Schulleitungen, Leiterinnen und Leiter von Kindertageseinrichtungen, Personalvertretungen, Fachleitungen und auch Sicherheitsbeauftragte aus Schulen und Kindertageseinrichtungen sowie Bauplanerinnen und Bauplaner. Mehr zu den einzelnen Seminarangeboten 2014 sowie die Möglichkeit zur Onlineanmeldung gibt es im Internet unter:

www.unfallkasse-nrw.de
> **Seminare**

Ihr Draht zur infoplus-Redaktion:

Tel.: 030 22011-202, E-Mail: infoplus@kompart.de

KomPart Verlagsges. mbH & Co. KG, Postfach 110226, 10832 Berlin

Impressum

Herausgeber:
Unfallkasse Nordrhein-Westfalen

Verantwortlich:
Gabriele Pappai, Sprecherin der Geschäftsführung, Unfallkasse NRW, Sankt-Franziskus-Str. 146, 40470 Düsseldorf

Redaktion:
Claudia Schmid (verantwortlich), Hans-Bernhard Henkel-Hoving, Karola Schulte, Kristin Sporbeck; Grafik: Désirée Gensrich

Verlag:
KomPart Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG, Postfach 110226, 10832 Berlin
Tel.: 030 22011-0, Fax: 030 22011-105, E-Mail: verlag@kompart.de
Druck: Albersdruck, Düsseldorf

TERMINE

■ „Organisationale Resilienz – Nutzen für den Arbeitsschutz“ heißt der Titel eines Workshops, zu dem die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) am 10. Februar 2014 nach Dortmund einlädt.

www.baua.de
> **Aktuelles und Termine**

■ Die Bildungsmesse „didacta“ findet vom 25. bis 29. März 2014 in Stuttgart statt. Die Messe bietet neben einer Ausstellung auch ein umfangreiches Fortbildungsprogramm für Lehrer und Erzieher. www.didacta.de

■ „Wie viel Politik braucht die Normung?“ – das fragt die Kommission Arbeitsschutz und Normung auf ihrer Strategiekonferenz am 26. März 2014 in Bonn. www.kan.de > **Termine**