

Gesundheitsfördernde und präventive Potenziale im Kontext pflegelankierenden Engagements: Die Kontaktstellen „PflegeEngagement“

Von Stefanie Emmert-Olschar und Ina Kammermeier

Die Weltgesundheitsorganisation hebt hervor, dass Gesundheitsförderung an das Lebensumfeld der Menschen anknüpfen muss. Ein bedeutendes Setting bildet hierbei der Stadtteil bzw. die Kommune. Hervorzuheben ist die Aufgabe, gesundheitsfördernde Rahmenbedingungen für die dort lebenden Menschen zu schaffen. Die Kontaktstellen „PflegeEngagement“ besitzen das Potenzial, einen wertvollen Beitrag zur Entwicklung von gesundheitsförderlichen Strukturen auf bezirklicher Ebene in Berlin zu leisten.

Mit der Umsetzung des § 45d des Pflege-Weiterentwicklungsgesetzes (SGB XI) 2010 entschied das Land Berlin die „Förderung ehrenamtlicher Strukturen sowie der Selbsthilfe“ in der Pflege als Infrastrukturmodell zu realisieren. Zur bestmöglichen Vernetzung und Nutzung bestehender Ressourcen sind die Kontaktstellen „PflegeEngagement“ an die etablierten bezirklichen Selbsthilfekontaktstellen angebunden.

Damit reagierte der Berliner Senat auf den steigenden Bedarf an Pflegeunterstützung, der sich mit einer immer älter werdenden Gesellschaft ergibt. Zusätzliche Unterstützungsangebote für die Betroffenen zu schaffen ist eine Aufgabe, welche vor dem Hintergrund demografischer und gesellschaftlicher Entwicklungen zunehmend an Aktualität gewinnt. Denn die Bewältigung



Flüchtlinge in einem Sammellager, 1945/1946
© Puck Pressedienst

körperlicher, geistiger sowie psychischer Beeinträchtigungen als auch das Eintreten einer Pflegesituation stellen für Betroffene und deren Angehörige eine große Herausforderung dar. Zudem wünschen sich die Menschen möglichst lange autonom und mobil in der eigenen Häuslichkeit zu bleiben. Frühzeitige Informationen, Beratungs- und Unterstützungsangebote, sowie regelmäßige Bewegung und außerhäusliche Mobilität können nach wissenschaftlichen Erkenntnissen einen wesentlichen Beitrag dazu leisten, Selbstständigkeit und Lebensqualität zu erhalten.

Schwerpunkt der Arbeit ist daher die Unterstützung kleinerer, wohnortnaher Selbsthilfe- und Ehrenamtsstrukturen für betreuende und pflegende Angehörige sowie Pflegebedürftige und Personen mit erheblichem allgemeinem Betreuungsbedarf, die in der eigenen Wohnung oder Häuslichkeit oder in einer ambulanten Wohngemeinschaft leben. Hinzu kommt die Notwendigkeit von nachbarschaftlicher Vernetzung und Stärkung des Selbsthilfepotenzials auch vor dem Eintritt möglicher Pflegebedürftigkeit. Es handelt sich bei dem Portfolio um einzel- als auch gruppenorientierte Angebote, z.B. Besuchs-, Begleit- und Alltagsdienste sowie Selbsthilfe-Aktivitäten. Die Arbeit der Kontaktstellen „PflegeEngagement“ ist zudem als Ergänzung bereits bestehender Unterstützungsformen konzipiert.

Ziel ist es, informelle, selbstorganisierte Netzwerke engagierter Bürger im Bereich der Pflege zu stärken. Sie setzen also dort an, wo professionelle Pflegeleistungen an ihre Grenzen stoßen.

„Ziel ist es, informelle, selbstorganisierte Netzwerke engagierter Bürger im Bereich der Pflege zu stärken. Sie setzen also dort an, wo professionelle Pflegeleistungen an ihre Grenzen stoßen.“

Das Thema Gesundheitsförderung und Prävention spielt bei der Aufgabenerfüllung sowohl *explizit* als auch *implizit* eine Rolle. So werden im Rahmen der Kontaktstellen-Arbeit unter anderem Maßnahmen zur Bewegungsförderung und Sturzprävention umgesetzt. Praxisbezogene Beispiele sind kostenlose Informationsveranstaltungen zur Sturzprophylaxe, Stuhlgymnastik oder Spaziergangsgruppen. Hierbei wird auch auf die psychosoziale Komponente von Gesundheitsförderung und Prävention Bezug genommen. Schwerpunktmäßig initiieren und unterstützen die Kontaktstellen „PflegeEngagement“ Gesprächs- und Freizeitgruppen für pflegende Angehörige. Der regelmäßige Austausch mit Gleichbetroffenen in Kombination mit bewegungsfördernden Elementen kann eine enorme Entlastung mit präventivem Charakter schaffen. Durch die

Einbindung in Gesprächsgruppen oder nachbarschaftliche Hilfenetzwerke sowie durch die Vermittlung geschulter ehrenamtlicher Begleiter in Familien, in denen Pflegebedürftigkeit ein Thema ist, fördern die Kontaktstellen die gesellschaftliche Teilhabe von pflegenden Angehörigen und pflegebedürftigen Menschen. Hier kommt der implizite Bezug zu Gesundheitsförderung und Prävention zum Tragen. Denn Gesundheit hat eine hohe soziale Komponente.



Die CARE International verteilt im Flüchtlingslager Spenerstraße in Berlin-Moabit Hilfspakete, 1953
© Pressebild-Verlag Schirner

Ehrenamtliche leisten einen wichtigen Beitrag, die Lebenssituation hilfe- und pflegebedürftiger Menschen zu entspannen, zu entlasten und – wo nötig – sie und ihre Angehörigen aus der sozialen Isolation zu holen. Zeitgleich entwickeln die Ehrenamtlichen selbst eine Haltung zu Gesundheits-

förderung, Prävention, Selbsthilfe und Pflegeunterstützung. Sie werden somit nicht nur zu Unterstützern im Vorfeld und Kontext von Pflege sondern auch zu wichtigen Multiplikatoren. Zudem können sie das erworbene Fachwissen förderlich und präventiv auf die eigene Person übertragen und anwenden.

Das vielfältige Aufgabenspektrum der Kontaktstellen „PflegeEngagement“ im Kontext von Selbsthilfe und ehrenamtlichem Engagement eröffnet viele Möglichkeiten für Gesundheitsförderung und Prävention. Ziel ist es, das hohe gesundheitsfördernde Potenzial der Kontaktstellen-Arbeit sichtbarer zu machen und weiter auszubauen.

Stefanie Emmert-Olschar
© Stefanie Emmert-Olschar



Ina Kammermeier
© Uwe Müller



Das Präventionsgesetz von 2015 und das Engagement in der Pflege

Von Dr. med. Katharina Graffmann-Weschke

Mit dem Präventionsgesetz sind die Pflegekassen als neue Partner bei der Gesundheitsförderung und Prävention in die Pflicht genommen. Das ist ein erster Schritt, um für diese gesamtgesellschaftlichen Aufgaben bewusst neue Akteure zu gewinnen. Praktisch bedeutet dies, dass es zukünftig Finanzierungsmöglichkeiten in stationären Pflegeeinrichtungen geben wird zu den Themen Ernährung, Bewegung, psychosoziale Gesundheit mit Suchtprävention, Gewaltprävention in der Pflege und Mentales Training. Finanzierungsmöglichkeiten, die vor allem auch das ehrenamtliche Engagement in der Pflege unterstützen und ausbauen können.

Laut dem Bundesministerium für Gesundheit sind derzeit über 2,7 Millionen Menschen in Deutschland pflegebedürftig. Bis zum Jahr 2030 wird diese Zahl voraussichtlich auf 3,4 Millionen steigen. Damit ist die Pflege eine der großen Herausforderungen der Zukunft. Führten oft schwere Krankheit, ein Schlaganfall oder ein Sturz plötzlich zur Pflegebedürftigkeit, sind es heute auch schleichende Prozesse, die die pflegenden Angehörigen sehr stark fordern. Dadurch rückt das Thema Pflege immer mehr in den Mittelpunkt unserer alternen Gesellschaft und erfährt die ihr angemessene Bedeutung, weil viele Menschen auf unterschiedlichste Weise damit konfrontiert werden.

Rund 75 Prozent der Pflegebedürftigen werden zu Hause betreut, etwa 25 Pro-

zent in stationären Pflegeeinrichtungen. Die Pflege durch Angehörige, Nachbarn oder Freunde in der eigenen Wohnung hat daher in den vergangenen Jahren zunehmend mehr Beachtung in der Öffentlichkeit gefunden. So gehört für das Audit „Beruf und Familie“, das Unternehmen und Institutionen bei der besseren Vereinbarkeit von Beruf und Familie unterstützt, mittlerweile auch das Thema Pflege zu einem Entscheidungsschwerpunkt.

“
Die Pflege durch Angehörige, Nachbarn oder Freunde in der eigenen Wohnung hat daher in den vergangenen Jahren zunehmend mehr Beachtung in der Öffentlichkeit gefunden.
“