

info plus

Informationen der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen

WICHTIGER TEIL DER UK-NRW-PRÄVENTIONSARBEIT

Häusliche Pflegepersonen stärken und unterstützen

Wer zu Hause Angehörige pflegt, ist körperlich und psychisch stark gefordert. Etwa 86 Prozent der mehr als eine Million Pflegebedürftigen in Nordrhein-Westfalen werden in ihrer häuslichen Umgebung versorgt, und in den meisten Fällen kümmern sich die Angehörigen. „Die Gesundheit pflegender Angehöriger zu fördern und zu schützen, ist ein wichtiger Teil unserer Präventionsarbeit“, sagt Gabriele Pappai, Geschäftsführerin der Unfallkasse NRW (UK NRW). Häusliche Pflegepersonen in NRW sind bei der UK NRW gesetzlich unfallversichert.

■ Um pflegende Angehörige zu erreichen, hat die UK NRW eine große Palette an Angeboten entwickelt und setzt dabei in erster Linie auf die Qualifizierung von Multiplikatoren. Profis aus ambulanten Pflegediensten oder Beratungsstellen werden in Präsenzseminaren fortgebildet. Themen sind unter anderem der Umgang mit Demenz, mit Trauer, Verlust und mit Konflikten und auch die Bewältigung körperlicher Belastungen der Angehörigen. „Die Pflegeprofis sind regelmäßig in direktem Austausch mit den Angehörigen und tragen so das Wissen dahin, wo es gebraucht wird“, sagt Pappai. Zusätzlich gibt es individuelle Angebote

für die häuslichen Pflegepersonen selbst. Neben Broschüren sind dies beispielsweise Webangebote zu einer barrierefreien Gestaltung des Wohnumfeldes oder Tipps zur Selbstsorge. Dabei hat die UK NRW ebenso junge Pflegenden, Young Carer genannt, im Blick. Sie gehen noch zur Schule und pflegen bereits ihre Eltern, Großeltern oder Geschwister. Die Vereinbarkeit von Berufstätigkeit und Pflege ist ein weiterer wichtiger Bereich. „Immer mehr Menschen müssen die Pflege eines Angehörigen zusätzlich zur eigenen Berufstätigkeit schaffen“, sagt Pappai. „Das ist eine große Herausforderung. Diese Belastung führt nicht selten zur Aufgabe des Berufs.“ Um pflegende Angehörige im Beruf zu unterstützen und zu halten, wurden das Pflegezeit- und das Familienpflegezeitgesetz verabschiedet. Die UK NRW informiert darüber, welche Formen der Freistellung es für pflegende Angehörige gibt und welche Voraussetzungen nötig sind. Pappai: „Pflegende Angehörige leisten einen wertvollen familiären und gesellschaftlichen Dienst. Ohne sie wäre Pflege nicht machbar. Sie zu unterstützen und zu stärken, muss daher eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe bleiben.“

Noch schneller: infoplus gibt es auch als PDF per Mail. Bestelladresse: infoplus@kompart.de

SERVICE

Weitere Infos zum gesetzlichen Unfallversicherungsschutz häuslicher Pflegepersonen:
www.unfallkasse-nrw.de
Webcode S0447

BROSCHÜREN FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Neuaufgabe zum Thema Demenz

■ Die Unfallkasse NRW (UK NRW) hat ihre Broschüre „Demenz – In der Weite des Vergessens“ überarbeitet und erweitert. Die Publikation für pflegende Angehörige und Beratende enthält nun umfangreiche Hinweise und Anregungen zur Beschäftigung. Das Kapitel zu herausfor-

derndem Verhalten wurde ergänzt. Pflegenden erhalten damit konkrete Tipps für die Gestaltung des Alltags – angefangen mit körperlichen Übungen, Haus- oder Gartenarbeit und gemeinsamen Mahlzeiten bis hin zu kreativen Aktivitäten. Zudem gibt es eine neue Handlungshilfe „Wüten-

des, eigenwilliges, zorniges und uneinsichtiges Verhalten“, um Betroffene in entsprechenden Situationen zu unterstützen. Die Broschüre ist jetzt auch in polnischer, russischer und englischer Sprache erhältlich.

www.unfallkasse-nrw.de
Webcode: S0013 (Mediensuche: PIN 61)

Start



Uwe Meyeringh,
Vorstandsvorsitzender der
Unfallkasse NRW

Damit Angehörige pflegen können

Ohne pflegende Angehörige wäre Pflege hierzulande weder zu organisieren noch zu bezahlen. In Nordrhein-Westfalen gibt es aktuell etwa 1,2 Millionen pflegebedürftige Menschen. Die meisten von ihnen werden zu Hause von ihren Angehörigen versorgt. Etwa 500.000 Erwerbstätige pflegen zusätzlich zu ihrem Beruf ihre Verwandten, Partnerinnen und Partner. Sie stehen vor der großen Herausforderung, ihre Arbeit und die Betreuung ihrer Angehörigen in Einklang zu bringen. Wir, die Unfallkasse Nordrhein-Westfalen, versichern nicht nur häusliche Pflegepersonen gegen Unfälle, sondern sichern ihnen auch unsere Unterstützung zu. So sensibilisieren wir beispielsweise Pflegeprofis für die Belange häuslich Pflegenden, damit die Profis ihr Wissen als Multiplikatoren weitergeben. Mit Broschüren und interaktiven Onlinetools wenden wir uns auch direkt an häusliche Pflegepersonen, Arbeitgeber, Vereinbarkeitsberatende, Pflegeberater und -beraterinnen sowie Pflegelotsen. So tragen wir dazu bei, dass Angehörige beim Pflegen gesund bleiben.

In diesem Sinne Ihr



Uwe Meyeringh

Drei Fragen an



Prof. Dr. h.c. Christel Bienstein,
Präsidentin
Deutscher Berufs-
verband für Pflege-
berufe e. V. (DBfK)

Beruf und Pflege besser vereinbaren

Was leisten pflegende Angehörige für das Gesundheitssystem?

■ Circa 1,9 Millionen Menschen in Deutschland werden allein von Angehörigen gepflegt. Meist haben diese Pflegebedürftigen einen Pflegegrad zwischen 1 und 3. Die pflegenden Angehörigen ermöglichen es mit ihrem Einsatz, dass Pflegebedürftige länger in ihrer häuslichen und vertrauten Umgebung bleiben können.

Welche Entlastung brauchen Berufstätige, die ihre Angehörigen pflegen?

■ Für viele Angehörige ist es schwierig, Pflege und Beruf gut zu vereinbaren. Sie benötigen Unterstützung, damit sie nicht dauerhaft aus dem Beruf aussteigen müssen. Hilfreich wäre es zum Beispiel, wenn die Pflegenden eine Entgeltsatzleistung analog zum Elterngeld bekämen. Etwa 75 Prozent der Angehörigenpflege wird von Frauen geleistet. Durch eine finanzielle Entlohnung, bei der Beiträge in Renten-, Kranken- und Arbeitslosenversicherung fließen, sind diese Frauen besser vor Altersarmut geschützt.

Wie unterstützen das interaktive Tool und die Broschüre „Blickwinkel“ der Unfallkasse NRW dabei, dass Vereinbarkeit von Beruf und Pflege gelingt?

■ „Blickwinkel“ ist eine sehr gute Unterstützung für pflegende Angehörige, Arbeitgeber und Vereinbarkeitsberatende, weil das Tool sehr praxistauglich ist. Besonders hervorzuheben sind die vielen Hinweise zur Selbstsorge für Pflegenden.

SEMINARE

Bei der Pflege gesund bleiben

Mit ihren Seminaren für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren hat die Unfallkasse NRW (UK NRW) ein umfassendes Programm zur Unterstützung von pflegenden Angehörigen entwickelt. Damit werden Pflegeberaterinnen und -beratern die wichtigsten Kompetenzen für die Pflege zu Hause vermittelt – vor allem, wie sich die Pflegenden selbst schützen und die Aufgabe dauerhaft bewältigen können.

■ Etwa eine Million Menschen pflegen in Nordrhein-Westfalen einen Partner oder eine Partnerin, Eltern, Kinder oder andere Angehörige. Im Gegensatz zu professionellen Pflegekräften sind sie dafür oft nicht hinreichend ausgebildet. Die UK NRW schult deshalb seit 25 Jahren Beschäftigte im Bereich der Pflegeberatung, damit diese die pflegenden Angehörigen bei ihrer Aufgabe unterstützen – ein Aspekt, der offiziell erst seit 2017 zum Themenspektrum der Pflegeberatung gehört.

SERVICE
Weitere Informationen:
www.unfallkasse-nrw.de
> Service > Seminare

In Seminaren wie „Beim Pflegen gesund bleiben“ und „Vereinbarkeit von Beruf und Pflege“ lernen Pflegeberaterinnen und -berater, wie Probleme in der Beratung professionell und individuell besprochen und Lösungen gefunden werden können. In den Seminaren zur Familien- und Konfliktmoderation geht es um schwierige Fragen im Kontext von Pflegebedürftigkeit in der Familie und darum, sie mit einem systemischen Ansatz zu betrachten. Zudem erfahren die Teilnehmenden, wo Angehörige Hilfe finden, wie sie Netzwerke zu ihrer persönlichen Unterstützung aufbauen und sich auf Notsituationen vorbereiten können. „Dabei sind Empathie und eine wertschätzende Haltung unverzichtbar“, sagt Alexandra Daldrup, Referentin für pflegende Angehörige bei der UK NRW: „Wir wollen, dass individuelle Konstellationen und persönliche Neigungen der Pflegenden einbezogen werden.“ Dafür bietet die Expertin in ihren Präsenzveranstaltungen

eine Kombination aus Theorie und Selbstreflexion sowie spezifische Methoden für Entspannung und Selbstsorge, die auch praktisch geübt werden. Die Mischung hat auch Michaela Sievert über vier Seminare hinweg überzeugt: „Es gab viele hilfreiche Tipps, die wir leicht umsetzen konnten“, sagt die Pflegeberaterin des Kreises Steinfurt, „und wenn man sich intensiv mit der eigenen Familiengeschichte befasst, kann man leichter Verständnis für fremde Familienkonstellationen entwickeln.“

Anerkennung und Respekt für pflegende Angehörige stehen für Alexandra Daldrup im Vordergrund. Die Belastungen sind vielfältig, angefangen mit der praktischen Bewältigung des Pflegealltags über körperliche und emotionale Herausforderungen bis hin zum gesunden Umgang mit eigenen Bedürfnissen. Gerade zum Ende der Coronapandemie sei es an der Zeit, den pflegenden Angehörigen ausgiebig zu danken, meint Alexandra Daldrup, „denn sie leisten einen unglaublich wichtigen Beitrag für unsere Gesellschaft!“

VEREINBARKEIT VON BERUF UND PFLEGE

Sicherer zu Hause arbeiten

■ Flexibilität im Beruf hilft, Pflege und Beruf zu vereinbaren – doch das sogenannte Homeoffice hat auch seine Tücken. Pflegenden, die zu Hause arbeiten, finden jetzt alle wichtigen Informationen zum Erhalt ihrer Gesundheit im Bereich „Arbeitszimmer/Homeoffice“ des Portals „Sicheres Pflegen zu Hause“. Die Unfallkasse NRW (UK NRW) unterstützt damit pflegende Beschäftigte, ihr häusliches Ar-

beitsumfeld so zu gestalten, dass sie dort dauerhaft arbeiten und gesund bleiben können. So listet eine Gefahrentabelle typische Risiken und entsprechende Schutzmaßnahmen auf; Stolperfallen, schlechte Belüftung oder Beleuchtung und die technische Ausstattung stehen hierbei im Vordergrund. Aber auch der Umgang mit Stress, Frustration und die Folgen schlechter Selbst- oder Arbeitsorganisation

werden thematisiert. Hierzu bietet das Portal einen Überblick über verbreitete Methoden für ein besseres Selbstmanagement. Zudem stellt es zahlreiche Ausgleichs- und Entspannungsübungen vor. Praktische Anleitungen und Demo-Videos erleichtern auch Ungeübten den Einstieg in für sie möglicherweise neue Techniken.

www.sicheres-pflegen-zuhause.de/arbeitszimmer

BROSCHÜRE UND ONLINETOOL FÜR BETRIEBE UND BERATENDE

Alle BLICKWINKEL zusammenbringen

Wie kann ein Berufsalltag mit Mitarbeitenden gelingen, die zu Hause zusätzlich Pflegeverantwortung tragen? Was können beide Seiten – Arbeitgeber und Beschäftigte – zum Erfolg beitragen und welchen Input sollten die Vereinbarkeitsberaterinnen und -berater erbringen? Antworten auf diese Fragen gibt die Broschüre „BLICKWINKEL – Beruf und Pflege vereinbaren“. Auf ihrer Grundlage hat die Unfallkasse NRW (UK NRW) nun auch ein interaktives Tool entwickelt.

Im Onlinetool sind die Inhalte der Broschüre interaktiv und digital aufbereitet. Die verschiedenen Modelle, Konzepte und Methoden werden mit Unterstützung von animierten Videos dargestellt und eine Video-Story führt durch die vielfältigen Handlungsebenen und Lösungsmöglichkeiten. Ein Fallbeispiel macht die Inhalte zudem erlebbar. Genau wie die Broschüre ist

auch das Onlinetool in drei Module aufgeteilt. In Modul 1 wird das BLICKWINKEL-Modell zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) beschrieben und der Zusammenhang zur Unternehmensstruktur dargestellt.

Das zweite Modul enthält ein „Wissenspaket“ für die Beratenden und beschreibt, was unter einer Vereinbarkeitsberaterin/einem Vereinbarkeitsberater verstanden wird und über welches Kompetenzprofil diese Person verfügen sollte.

Im dritten Modul befinden sich umfassende Materialien zur Organisation der häuslichen Pflege und Selbstsorge. Dazu gehören Strategien der betrieblichen und häuslichen Organisation zur Vereinbarkeit von Pflege und Beruf. Jedes Modul beinhaltet Handlungshilfen, die die Arbeit der Führungskräfte und der Beratenden unterstützen sowie qualitätssichernd genutzt wer-

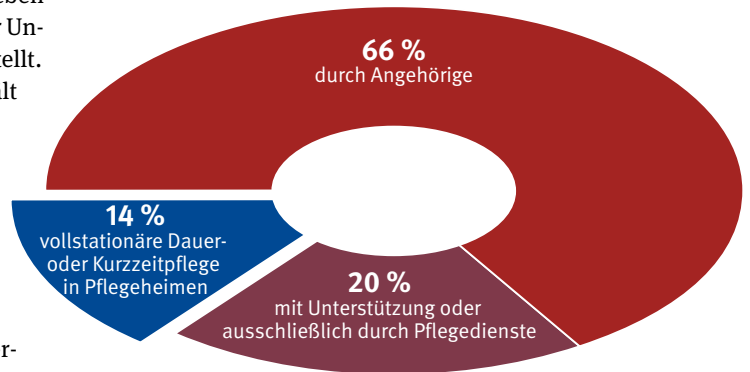
SERVICE

Broschüre BLICKWINKEL:
www.unfallkasse-nrw.de
> Service > Medien > PIN 84

Tool BLICKWINKEL:
zuhause-pflegen-berater.
unfallkasse-nrw.de
> Beruf und Pflege

Zum Thema

Versorgung Pflegebedürftiger in NRW



Quelle: destatis und Landesbetrieb IT-NRW / UK NRW 2023

In Nordrhein-Westfalen sind etwa 1,2 Millionen Menschen pflegebedürftig (Stand 2021). Rund 86 Prozent von ihnen werden zu Hause versorgt, meist von ihren Angehörigen. Schätzungsweise 500.000 Erwerbstätige pflegen zusätzlich zu ihrem Beruf ihre Verwandten, Partnerinnen oder Partner.

den können. „Unser Ziel ist es, dem Arbeitgeber und den Beratenden Möglichkeiten aufzuzeigen, wie pflegende Beschäftigte die häusliche Pflege Angehöriger und den Beruf gut miteinander vereinbaren können“, sagt Nil Yurdatap von der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen. „Ein ganzheitlich organisiertes Betriebliches Gesundheits-

management ist ein strategisches Instrument der Personalentwicklung.“

Durch Unterstützung und gesundheitsförderliche Maßnahmen könne es nämlich gelingen, motivierte und zufriedene Beschäftigte für das Unternehmen zu erhalten trotz belastender Umstände durch die häusliche Pflegesituation.



Alexandra Daldrup (58), Referentin Gesundheitsschutz für Pflegekräfte bei der Unfallkasse NRW (UK NRW)

Was macht eigentlich ...

... eine Expertin für pflegende Angehörige?

Ich kümmere mich in erster Linie um die Entwicklung von Strukturen zum Gesundheitsschutz für pflegende Angehörige. Darunter fallen Projekte, Programme und Präventionsangebote im Bereich der psychosozialen und körperlichen Gesundheit, aber auch die Initiierung von Netzwerken, die die Strukturen von Kommunen zum Gesundheitsschutz pflegender Angehöriger weiterentwickeln. Hierzu habe ich in den vergangenen Jahren immer wieder Städte und Gemeinden in NRW beraten. Insofern beschäftige ich mich großenteils mit konzeptioneller Arbeit.

Dafür bringe ich Berufserfahrung aus mittlerweile mehr als drei Jahrzehnten ein. Ich erstelle nicht nur sämtliche Inhalte zu den Präventionsprodukten, sondern Sorge auch dafür, dass diese ihre verschiedenen Zielgruppen erreichen. So bin ich gleichzeitig Ideengeberin, Projekt- und Redaktionsleitung der drei Portale der UK NRW – „Zu Hause pflegen“, „Das Portal für Beratung“ und „Sicheres Pflegen zu Hause“, die stetig aktualisiert und weiterentwickelt werden. Ein weiterer wichtiger Teil meiner Arbeit ist es, Informationen zum Gesundheitsschutz pflegen-

der Angehöriger zur Verfügung zu stellen. Zudem bin ich in Seminaren, auf Messen sowie bei Infoveranstaltungen und Fachkonferenzen aktiv. Auch die Vernetzung mit verschiedenen Akteuren in NRW zählt zu meinen Aufgaben, denn in der multiprofessionellen Zusammenarbeit können ungedeckte Bedarfe ermittelt und Angebote modifiziert werden. Darüber hinaus fördert die gemeinsame Arbeit die Wertschätzung der pflegenden Angehörigen. So hat diese sehr wichtige und für mich vielseitige Aufgabe auch viel mit Gremienarbeit und Netzwerken zu tun.

Personalien



Dr. Georg Zimmermann (55), Vorsitzender Richter am Landgericht Bielefeld,

ist vom Bundesrichterwahlausschuss zum Richter am Bundesgerichtshof gewählt worden. Zimmermann engagiert sich ehrenamtlich in der Freiwilligen Feuerwehr Bielefeld und im Verband der Feuerwehren in NRW.

Klaus Vosse

(52), Mitglied des NRW-Landtages für die CDU, ist neuer Präsident der Landesverkehrswacht NRW (LVW NRW). Er löst Prof. Jürgen Brauckmann ab. Zuvor war Vosse Vizepräsident der LVW NRW.



Gabriele Pappai (65), Geschäftsführerin der Unfallkasse NRW, ist neue Vizepräsidentin der LVW NRW. Sie engagiert sich dort seit vielen Jahren als Beiratsmitglied.

ENTLASTUNG FÜR PFLEGENDE IM BERUF

Auch die Unternehmen stehen in der Pflicht

Angestellte, die zu Hause pflegen, können beruflich kürzertreten. Das Pflegezeit- und das Familienpflegezeitgesetz verpflichten Unternehmen, Beschäftigte in einem bestimmten Umfang von ihren Aufgaben freizustellen.

■ Den Balanceakt, Pflege und Beruf zu vereinbaren, vollbringen in NRW derzeit etwa 500.000 Berufstätige. Je nach Anlass können sie gegenüber ihren Arbeitgebern unterschiedliche Ansprüche geltend machen. Zudem gibt es finanzielle Unterstützung.

So dürfen Angehörige, in deren Familien überraschend ein Pflegefall eintritt, sich im Rahmen einer kurzfristigen Arbeitsverhinderung bis zu zehn Tage lang unbezahlt freistellen lassen. Gleiches gilt für Berufstätige, wenn die Pflege Angehöriger vorübergehend nicht sichergestellt werden kann. Um pflegebedürftige Angehörige selbst zu Hause zu versorgen, können Beschäftigte bis zu sechs Monate lang ihre Arbeit sogar ganz oder teilweise

niederlegen – jedenfalls dann, wenn der Betrieb mehr als 15 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zählt. Die Regelung (Pflegezeit) gilt auch für Berufstätige, die Angehörige beim Sterben begleiten. Schließlich gewährt die Familienpflegezeit pflegenden Angehörigen die Chance, ihre Arbeitszeit bis zu zwei Jahre lang auf mindestens 15 Stunden zu reduzieren – in Abstimmung mit dem Unternehmen, das mindestens 25 Beschäftigte haben muss.

Wer pflegt, statt zu arbeiten, erhält auch einen finanziellen Ausgleich. So springt bei akuter Arbeitsverhinderung in der Regel die Pflegekasse des oder der Pflegebedürftigen ein und zahlt einen Lohnersatz, das sogenannte Pflegeunterstützungsgeld. Für längere Aus- oder Teilzeiten wie im Rahmen der (Familien-)Pflegezeit können pflegende Angehörige ein zinsloses Darlehen erhalten. Entsprechende Anträge nimmt das Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben entgegen.

pflgezeit.nrw

UK NRW ERWEITERT PORTAL

Zu Hause barrierefrei leben

■ Die Unfallkasse NRW erweitert ihr Portal „Sicheres Pflegen zu Hause“. Im Bereich „Barrierefrei“ gibt es ab sofort zahlreiche Informationen rund um Wohnraumanpassung und Barrierefreiheit. In der Darstellung der einzelnen Wohnbereiche werden die speziellen Anforderungen der Barrierefreiheit, der Rollstuhlnutzung sowie Anforderungen für Menschen mit bestimmten Behinderungen (Seh- und Hörbehinderung, motorische Einschränkungen) detailliert beschrieben. Um möglichst lange zu Hause leben können, ist ein geeignetes Wohnumfeld die Voraussetzung. Eine barrierefreie Gestaltung der Wohnung oder des Hauses soll die noch vorhandenen Fähigkeiten der zu pflegenden Person erhalten und fördern. Außerdem können körperlichen und psychischen Belastungen der pflegenden Angehörigen vorgebeugt werden. Erläutert werden auch Begriffe und gesetzliche Vorgaben rund um die Barrierefreiheit.

www.sicheres-pflegen-zuhause.de/barrierefreiheit

Folgen Sie uns auf Twitter: @UKNRW



Impressum

Herausgeber:
Unfallkasse Nordrhein-Westfalen

Verantwortlich:
Gabriele Pappai, Geschäftsführerin,
Unfallkasse NRW
Moskauer Straße 18
40227 Düsseldorf

Redaktion:
Claudia Schmid (verantwortlich),
Anja Schnake
Grafik: Désirée Gensrich

Ihr Draht zur infoplus-Redaktion:
Tel.: 030 22011-202
Anmelden, ummelden, abmelden:
E-Mail: infoplus@kompart.de

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

■ Unter dem Motto „Check die Challenge: Helm, Hirn, Heimweg“ ruft die Unfallkasse NRW in Nordrhein-Westfalen zur Teilnahme am Go Ahead Schulwettbewerb 2023 auf. Angesprochen sind Schülerinnen und Schüler sowie Schülergruppen aller Schulformen ab Klasse 5. Gemeinsam mit einer Lehrkraft können sie Beiträge einreichen, in denen die Begriffe „Schulweg“, „Challenge“, „Helm“ und „safe“ zumindest sinngemäß vorkommen. Zusammen mit der ZNS – Hannelore Kohl Stiftung hat die Unfallkasse NRW Geldpreise im Wert von insgesamt 4.500 Euro ausgelobt. Einsendeschluss ist der 21. Juni 2023. NRW-Schulministerin Dorothee Feller hat die Schirmherrschaft für den Wettbewerb übernommen.

Infos: www.unfallkasse-nrw.de
Webcode: N1865