

Landesverband Nordrhein-Westfalen

Der PARITÄTISCHE – Wiesenstr. 14, 48653 Coesfeld

Herr Detlef Schütt
Kreis Coesfeld
Friedrich-Ebert-Straße 7
48651 Coesfeld



Kreisgruppe Kreis Coesfeld

Wiesenstr. 14
48653 Coesfeld

Telefon: 02541/9260222
www.selbsthilfe-coesfeld.de

Rückfragen: Marco Tammen

Öffnungszeiten:
Di: 10 - 13 Uhr

Bank für Sozialwirtschaft
Kto-Nr.: 7390400 BLZ 370 205 00

Münster, den 31. März 2011

Konzept: Selbstständig leben im Alter vor dem Pflegeanspruch: Ohne engagierte Kümmerer geht gar nichts!

Sehr geehrter Herr Schütt,

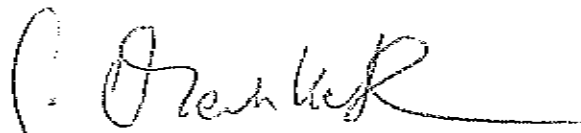
wie angekündigt, übersenden wir Ihnen unser Konzept

**"Selbstständig leben im Alter vor dem Pflegeanspruch:
Ohne engagierte Kümmerer geht gar nichts!"**

Es wäre schön, wenn wir dieses Angebot mit dem Programm: Ambulant vor Stationär, im Kreis Coesfeld umsetzen könnten.

Gerne erläutern wir Ihnen persönlich unsere Idee. Für einen Terminvorschlag wären wir dankbar.

Mit freundlichen Grüßen



Gabriele Markerth
Regionalgeschäftsführerin
Münster/Kreis Coesfeld

Anlage

DEUTSCHER PARITÄTISCHER WOHLFAHRTSVERBAND LANDESVERBAND NORDRHEIN-WESTFALEN EV.

Loher Straße 7
42233 Wuppertal
www.paritaet-nrw.org

Telefon: 0202 | 2822-0
Telefax: 0202 | 2822-110
mail@paritaet-nrw.org

Amtsgericht
Wuppertal VR 14 39
Steuernr.: 131/5951/0051

Stiften und Spenden:
www.gemeinsamhandeln.de

Selbstständig leben im Alter vor dem Pflegeanspruch: Ohne engagierte „Kümmerer“ geht gar nichts!

1 . Worum geht es?

Im Rahmen des Projektes „Ambulant vor stationär“ möchte das Selbsthilfe-Büro Kreis Coesfeld des PARITÄTISCHEN in Zusammenarbeit mit der zentralen Pflegeberatung des Kreises eine bedarfsgerechte und zukunftsgerichtete Kooperation anbieten.

Wir stellen fest, dass in unserer Beratung das Thema „Alter“, die Versorgung alter Eltern und die Sorge um die Bewältigung der auftretenden Aufgaben und Belastungen in ganz unterschiedlichen Formen immer häufiger zum Thema werden. Entsprechend unserer jahrelangen Erfahrung, dass die Themen der Selbsthilfe ein gut funktionierender Seismograph für gesellschaftliche Bewegungen sind, möchten wir hiermit ein Angebot für die Bürgerinnen und Bürger des Kreises machen, das diese Thematik „Alter“ aufgreift und praktikable Unterstützungen vorhält.

Selbsthilfe ist eine besondere Form des bürgerschaftlichen Engagements. Menschen mit gleicher Problembetroffenheit schließen sich außerhalb ihrer alltäglichen Beziehungen und des professionellen Dienstleistungssystems zusammen. Ihr Ziel ist es, sich gegenseitig auszutauschen, zu unterstützen und Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen. Im Kreisgebiet gibt es ca. 100 Selbsthilfegruppen, in denen sich knapp 4000 Menschen engagieren. Die große gesellschaftliche Bedeutung der Selbsthilfe ist inzwischen überall bekannt und insgesamt unumstritten.

2. Die „Kümmerer“ und Begleiter älterer Menschen ohne festgestellten Pflegeanspruch brauchen besondere Beratung und Unterstützung

Der Anteil sogenannter „Nuller“ (Menschen mit Unterstützungsbedarf, aber Pflegestufe Null) wächst. Sie leben in ihrer eigenen Wohnung, sind aber zunehmend auf

kontinuierliche Begleitung und einige konkrete Hilfen im Alltag angewiesen. Sie sind durchaus in der Lage, allein zu leben und sich im normalen Alltag zu versorgen, wenn aufmerksame und stets ansprechbare Menschen im Hintergrund sind, die sich kümmern.

Das Selbsthilfe-Büro Kreis Coesfeld macht zunehmend die Erfahrung, dass sich Kinder bzw. Angehörige, Freunde oder Nachbarn älterer Bürgerinnen und Bürger, so genannte Kümmerer, um Erfahrungsaustausch und Beratung bemühen. Was auf (fast) jeder Party ab 50 Thema ist: „Kümmerst du dich wie und mit welchem Aufwand um deine Eltern? Hast du Erfahrungen mit Ärzten, Krankenhäusern und Kurzzeitpflege gemacht? Was macht Deine Mutter/Vater eigentlich den ganzen Tag?“ Diese und ähnliche Fragen beschäftigen immer mehr Menschen. Sie können für eine immer größere Gruppe für lange Zeit zum bestimmenden Thema ihres Lebens werden. Aber auch zentrale Fragen des Lebens wie Vergänglichkeit, Abschied, Trauer und der eigene Umgang damit spielen in Gesprächen und im Alltag eine bedeutsame Rolle.

Das intensive Kümmeren um Menschen vor der Pflegebedürftigkeit ist eine wichtige präventive Aufgabe. Um Pflegebedürftigkeit, stationäre Unterbringung und die damit verbundenen Kosten zu vermeiden oder hinauszuschieben, brauchen erwachsene Kinder und andere ehrenamtliche Kümmerer Akzeptanz, professionelle Beratungsangebote und gleichzeitig eine Basis zum Austausch und gegenseitigen Hilfe zwischen Gleich-Betroffenen. Dafür kommt in erster Linie die lokale bzw. kommunale Ebene in Frage. Dort bestehen bereits Netzwerke für Kontakte oder können im Bedarfsfall aufgebaut werden.

3. Die Zeit vor der Pflegebedürftigkeit ein zunehmend wichtiges Thema

Drei öffentliche Veranstaltungen im Kreisgebiet (Coesfeld, Dülmen und Lüdinghausen) sollen auf das wichtige Thema: *„Erwachsene Kinder und Angehörige kümmern sich um ihre Eltern, begleiten und unterstützen sie“* aufmerksam machen und konkrete Lösungen zur Diskussion stellen, um den damit verbundenen Problemen adäquat zu begegnen. Denn über die alltäglichen Sorgen hinaus entstehen für die begleitenden

Angehörigen vielfältige, teils schwierig zu bewältigende Probleme und Konflikte zwischen bestehenden familiären Verpflichtungen, Beruf und den Aufgaben der Elternbegleitung.

Die Veranstaltungen sollen aber nicht nur einer Bestandsaufnahme bzw. der Ist-Beschreibung dienen. Erwachsene Kinder, Angehörige, Nachbarn oder Freunde sollen sich über Unterstützungsleistungen **vor** der Pflegebedürftigkeit informieren können. Wie kann Einsamkeit aufgehoben werden, gibt es Veranstaltungen für diesen Personenkreis? Wo sind Informationen zu erhalten? Es bietet sich an, in der zentralen Pflegeberatung des Kreises Informationen zu bündeln, Beratungsmodule und konkrete Hilfeangebote dort zu verankern.

Daneben kann das Selbsthilfe-Büro in enger Kooperation mit der Pflegeberatung auch ein eigenes spezifisches Angebot machen. Denn das Büro kann „erwachsene Kinder“ oder Angehörige zusammen bringen, um entsprechend dem Selbsthilfeansatz gemeinsam über die Situation der Eltern, Möglichkeiten der Unterstützung zu reflektieren und gegenseitige „Aufbauarbeit“ zu leisten. Hier könnten zum Start angeleitete Gruppen „vor Ort“ Treffen und Zusammenschlüsse begleiten und unterstützen.

4. Projektbeschreibung

Das geplante Projekt besteht aus **2 Modulen**, 1. einer Veranstaltungsreihe und 2. einer Initiative zur Gründung von Gruppen:

1. Eine **Veranstaltungsreihe** mit jeweils **3 Vorträgen** an den Standorten Coesfeld, Dülmen und Lüdinghausen. Dabei wird in das Thema mit einem Referat und einer sich anschließenden moderierten Diskussion eingeführt.

Diese Veranstaltungen richten sich an zwei Personengruppen: Zum einen an Angehörige/Ehrenamtliche älterer Menschen in der so genannten Vorpflegephase, zum anderen an professionelle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus der Altenhilfe und Pflege, aus Krankenhäusern, der Verwaltung und der Politik. Die Veranstaltungen sollen aber insgesamt offen sein für andere interessierte Bürger.

Sie dienen dem Ziel, auf ein wichtiges gesellschaftliches Thema aufmerksam zu machen und zentrale Erkenntnisse und neue Aufgaben „auf den Punkt zu bringen“. Selbstverständlich werden auch wesentliche Informationen gegeben. Die Einwohner des Kreises Coesfeld sollen sensibilisiert gemacht werden für ein Thema, das morgen jeden betreffen kann. Denn es gibt bisher noch keine öffentliche Diskussion zur besonderen Situation erwachsener Kinder, deren Eltern immer älter werden und durchaus vielfältigen Unterstützungen benötigen, bevor eine Pflegebedürftigkeit eingetreten ist. Das ist bisher Privatsache.

Veranstaltungstyp:	Einführung, Vortrag und moderierte Diskussion
Termine:	September bis Dezember 2011
Uhrzeit:	18.00 – 20.00 Uhr
Veranstaltungsorte:	Coesfeld, Dülmen und Lüdinghausen
Referat:	Selbstständig leben im Alter vor dem Pflegeanspruch: Ohne engagierte „Kümmerer“ geht gar nichts!
Referent:	Prof. Dr. Clemens Adam (Rehabilitationssoziologe)
Moderierte Diskussion:	Selbsthilfe-Büro Kreis Coesfeld, (Marco Tammen, Der PARITÄTISCHE)
Ausklang:	Zeit für Gespräche bei einem kleinen Imbiss

2. **Initiative zur Gründung von Gruppen Interessierter** aus den Veranstaltungen und darüber hinaus. Wir gehen von 5 Abenden jeweils vor Ort aus, an denen sich erwachsene Kinder und andere ehrenamtliche Kümmerer treffen können, ihre Erfahrungen austauschen und sich entscheiden, ob die Form einer Selbsthilfegruppe eine adäquate Unterstützung und Hilfe für sie darstellt. Diese Treffen werden professionell initiiert und anfänglich begleitet. Die Erfahrungen aus der Selbsthilfearbeit zeigen, dass bei neuen Themenbereichen eine zeitlich begrenzte Unterstützung dringend notwendig ist.

Diese Gruppenabende werden an den jeweiligen Vorträgen angekündigt, der Termin und Ort festgelegt und somit ein Einstieg in den Erfahrungsaustausch vereinfacht. Auch sollen über eine intensive Pressearbeit auch weitere Interessenten gewonnen werden. Die regionale Anbindung (3 Standorte im Kreisgebiet) trägt der Erfahrung Rechnung, dass Kleinräumigkeit und schnelle Erreichbarkeit eine wichtige Hilfe bei der Akzeptanz darstellen.

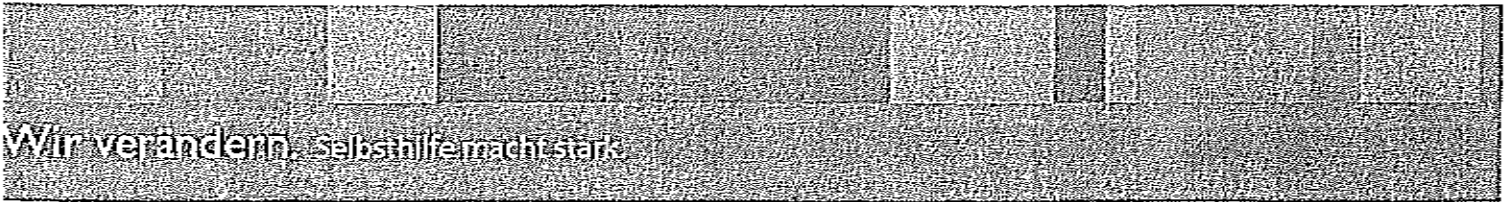
Gruppenangebot konkret

Gerade in der Anfangsphase einer Selbsthilfegruppe fühlen sich viele Teilnehmer überfordert. Neben den multiplen Anforderungen, denen die Kümmerer ohnehin schon ausgesetzt sind, stellt die Gründung einer Gruppe eine zusätzliche Herausforderung dar. Um dem verstärkten Unterstützungsbedarf am Anfang einer Gruppe Rechnung zu tragen, bietet sich für einen bestimmten Zeitraum eine moderierende Begleitung an. Ziel einer solchen Starthilfe ist es, Strukturen in der Gruppe zu verankern, die zukünftig einen tragenden Rahmen für das Gruppengespräch bilden und letztlich eigenständig angewendet werden können, so dass die Gruppe schließlich ohne externe Begleitung auskommt.

Unser Unterstützungskonzept sieht vor, die jeweiligen Gruppen an den ersten drei Treffen zu begleiten, dann die Gruppe an drei darauf folgenden Terminen alleine arbeiten zu lassen, um dann 2x erneut in die Gruppe zu kommen und der Gruppe weitere Tipps mit auf den Weg zu geben. Während das erste Treffen vornehmlich einem ersten Kennlernen und dem Klären der Organisatorischen Rahmenbedingungen dient, ist bereits beim 2. Treffen das Einüben strukturierender Kommunikationshilfen („Blitzlicht“, themenzentrierte Interaktion) und die Initiierung von Gruppenregeln vorgesehen. Spätestens beim 3. Treffen sollte die Moderation von Gruppenmitgliedern übernommen werden.

Unser Unterstützungskonzept sieht vor, die jeweiligen Gruppen an 5 Gruppentreffen zu begleiten:

- 1. Treffen: Erstes Kennenlernen, organisatorische Rahmenbedingungen



- 2. Treffen: Einüben strukturierender Kommunikationshilfen („Blitzlicht“, themenzentrierte Interaktion), Initiierung von Gruppenregeln
- 3. Treffen: Abgabe von Leitungsaufgaben, in den Hintergrund treten und Gruppenmitglieder Verantwortung übernehmen lassen
- 7. Treffen: Reflexion der selbständigen Treffen
- 12. Treffen: weiterführende Informationen (finanzielle Förderung durch die Krankenkassen, Fortbildungen, Auftritt unter www.selbsthilfenetz.de etc.)

Vorraussetzung ist natürlich, dass sich eine Gruppe gründet, die auch weiterhin zusammen bleiben will. Kommt eine weitergehende Gruppe nicht zustande, wird zumindest durch das Selbsthilfe-Büro im Kreis Coesfeld an 3 Abenden eine Begleitung anvisiert.

Auch nach der Loslösung aus der Gruppe, bietet das Selbsthilfe-Büro eine weitergehende Unterstützung und schafft so auch die Möglichkeit eines erneuten Besuchs in der Gruppe, um beispielsweise auftretende Konflikte zu moderieren.

Darüber hinaus wäre auch eine Vernetzung der Gruppen untereinander denkbar. In Form eines Gesamtreffens könnten sich die Gruppen untereinander austauschen und voneinander lernen. Auch soll eine Integration in das Selbsthilfegruppennetz insgesamt möglich werden.

Fazit

Die Idee, die hinter unserem Angebot steht, greift einen Bedarf auf, der insbesondere in der Altersgruppe der über 50 Jährigen verstärkt auftritt. Die damit verbundenen Probleme, Fragen und Lösungswünsche werden bisher kaum berücksichtigt. Insofern kann unser Angebot als ein neues innovatives Element einer bedarfsgerechten und vernetzten Altenpolitik im Kreis besondere Bedeutung erlangen. Es unterstützt eine Gruppe Menschen, die im Arbeitsleben voll gefordert sind, deren eigene Kinder meist aus dem „Gröbsten“ raus sind, aber immer noch Verantwortung und Unterstützung fordern und die aufgrund des fortschreitenden



Alters selbst zunehmend mit der Belastung, sinkender Leistungsfähigkeit und gesundheitlichen Risiken konfrontiert sind. Wenn es über diese Gruppen gelänge, *Ziel -*
für ihre Teilnehmerinnen und Teilnehmer Stabilität und Kontinuität, aber auch Mut *setzen?*
und Zuversicht für die kommende Zeit einer eventuellen Pflegebedürftigkeit ihrer Eltern zu erlangen, wäre damit für die Zukunftsplanung der Altenhilfe im Kreis Coesfeld durchaus etwas erreicht.

5. Kostenplan

Das Projekt ist für 1 Jahr und 4 Monate angelegt. Es umfasst die Kosten für die Veranstaltungsreihe mit 3 Abenden und für die systematische Begleitung der Gruppenabende. Wir gehen von mindestens 5 Abenden pro Standort aus, je nach dem Bedarf, 3 Abende sind jedoch garantiert.

1. Kostenplan Veranstaltungsreihe

Raummiete	200.- €
Referent und Diskussion	
(600.- € + MwSt.)	714.- €
Catering (50x 5,00.-€)	250.- €
Getränke	200.- €
Sachkosten: Verwaltung, Einladung,	
Porto, Flyer, Plakate	200.- €
Summe je Veranstaltung	1564.- €
 Summe für 3 Veranstaltungen	 4692, - €

2. Kostenplan Initiativgruppen

Um die Arbeit in den Gruppen zu initiieren, müssen nach der Vortragsreihe die Treffen in den einzelnen Gemeinden geplant und durchgeführt werden. Räume müssen gesucht, die Interessierten eingeladen (persönlich und durch die Presse) werden. Die Abende müssen systematisch konzipiert und dokumentiert werden. Das Ziel dieser Gruppentreffen liegt in einer engen Vernetzung in die bestehende Selbsthilfelandchaft. Notwendig ist die Anbindung an die Homepage des Kreises und die Selbsthilfe insgesamt. Auch ist sinnvoll, den entstehenden Gruppen langfristig die gesamte Palette der Selbsthilfeunterstützung anbieten zu können.

Personalkosten für ca. 5 Stunden/Woche (Kalkulation)

ab September 2011 bis Ende 2012	ca. 9500.- €	
incl. Regiekosten (Planung, Konzept, Kontakte 3%)	300.-.- €	
Sachkosten 20%	1899.-.- €	Σ
Miete und Unkosten vor Ort, Gruppenkosten 20%	1899.- €	Σ
	13.580.- €	

Gesamtkosten für den Projektzeitraum

3 Veranstaltungen	ca	4700.- €
Gruppentreffen, Gründung und Etablierung		13.580.- €
Summe		18.280.- €