

Kassel, den 12. Juni 2023

Pflegestammtisch – wer einmal dabei war kommt wieder

Pflegende Angehörige übernehmen oft nicht nur die reinen Pflegeaufgaben. Viel Zuwendung, Gespräche und Gesellschaft ersetzen häufig die schwierig gewordenen Sozialkontakte der Pflegebedürftigen. Aber wie geht es den Pflegenden selbst dabei? Wann bleibt Zeit für den Austausch mit Gleichgesinnten?

Da in der Grünen Branche außergewöhnlich oft zuhause gepflegt wird, bietet die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG) viele Angebote, die pflegende Angehörige körperlich und psychisch unterstützen. Die Idee, einen „Digitalen Pflegestammtisch“ anzubieten, entstand während der Corona-Pandemie als die Trainings- und Erholungswoche für pflegende Angehörige nicht vor Ort angeboten werden konnte.

Das Angebot

Die Nachmittagsveranstaltungen mit erfahrenen Pflegeberaterinnen und -berater der SVLFG werden alle zwei Monate angeboten und dauern circa drei Stunden. Nach der Begrüßung sorgt eine kleine Bewegungseinheit vor dem Bildschirm für die nötige Auflockerung. Vorträge, zum Beispiel zu Selbstpflege und Selbstfürsorge, Stressmanagement, Gedächtnistraining, Hilfsangeboten und Rechtlichem sowie vielen weiteren Themen rund um die Pflege, vermitteln Wissen und Denkanstöße. Die Themen werden an die Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst (siehe Abb. 1). Es können Fragen gestellt werden und die Pflegenden können sich untereinander austauschen. Auch einfach nur zuhören ist möglich.



Positive Rückmeldungen

Der Austausch mit anderen pflegenden Angehörigen ist im Alltag oft schwierig. Hier unterstützt die SVLFG mit Fachvorträgen, aber auch mittels Vernetzung untereinander. Dass der Pflegestammtisch nicht nur Wissen vermittelt, sondern auch guttut und Spaß macht, zeigen die Rückmeldungen: „Vielen Dank für die unermüdlichen Versuche, uns, die Pflegenden, nicht alleine zu lassen. Es ist schön, immer wieder Angebote zu erhalten, um nicht ganz verloren zu gehen“, so eine Teilnehmerin.

Die Zufriedenheit der Teilnehmenden ist sehr hoch, daher kommen sie auch immer wieder. Es fanden bisher elf Termine statt. Ein Großteil der Personen hat an fast allen Terminen teilgenommen.

So geht es weiter

Weil einige nicht zu den Vor-Ort-Terminen kommen wollen oder können, ist der digitale Pflegestammtisch die einzige Möglichkeit zum Austausch. Aus diesem Grund führt die SVLFG ihr Angebot fort. Die nächsten digitalen Pflegestammtische finden statt am 29. Juni 2023 von 13.00 bis 16.30 Uhr mit dem Schwerpunktthema Sonnenschutz sowie am 31. August 2023 zur gleichen Uhrzeit mit Klaus Holetschek, bayerischer Staatsminister für Gesundheit und Pflege, zu aktuellen Pflege Themen.

Weiteres Online-Angebot

Die nächsten mehrtägigen Online-Trainings- und Erholungswochen für pflegende Angehörige finden statt am 7., 9., 14. und 16. November 2023. Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldungen unter Tel. 0561 785-10512. Teilnehmen können Versicherte der Landwirtschaftlichen Krankenkasse (LKK) oder Personen, die jemanden pflegen, der bei der LKK versichert ist. Das Angebot wird wissenschaftlich begleitet und aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege gefördert.

SVLFG

