

# NEWSLETTER

## Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Niederrhein

In Trägerschaft des Caritasverbandes  
für die Dekanate Dinslaken und Wesel



## Freiwilliges Engagement stärken

Jahresthema der Gesamtinitiative der Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz NRW

Liebe Lesende,

Weihnachten und der Jahreswechsel stehen vor der Tür - Zeit für einen Rückblick auf 2024 und einen Ausblick auf das kommende Jahr.

Wir schauen stolz zurück auf diverse Austauschformate. Neues Material. Anregende Telefonate. Bereichernde Kontakte. Intensive Netzwerktreffen. Interessante Veranstaltungen. Unseren ausgebuchten Fachtag in Dinslaken zum Jahresthema 2024 „Einsamkeit begegnen - Zugehörigkeit stärken“.

Befasst man sich mit Einsamkeit, liegt ein Thema oft nah: Engagement.

Daher ist es vielleicht wenig überraschend - 2025 lautet das Jahresthema der Regionalbüros NRW „Freiwilliges Engagement stärken“.

Eine skandinavische Tradition besagt, dass kleine Helferlein vom Weihnachtsmann in der Vorweihnachtszeit ihre Magie versprühen, für Freude, gemeinsame Erinnerungen und eine unvergessliche Zeit sorgen. Die Wichtel kommen nachts aus ihrer Tür und helfen bei Vorbereitungen. In der Realität sorgen nicht Weihnachtswichtel für strahlende Augen und bieten Unterstützung, sondern freiwillig Engagierte. Ohne ihre Unterstützung

würden viele Strukturen nicht funktionieren. Freiwilliges Engagement lässt sich an jeder Ecke finden. Trotzdem scheint es manchmal unsichtbar und im Hintergrund zu erfolgen.

2025 beschäftigen wir uns u.a. mit Veränderungen der Engagement-Kultur, Zugangsmöglichkeiten sowie vorhandenen und neuen strukturellen Möglichkeiten.

Einen kleinen Vorgeschmack auf das Jahresthema 2025 erhalten Sie bereits in dieser Ausgabe des Newsletters. Viel Spaß beim Lesen!

*Ihr Team  
des Regionalbüros  
Alter, Pflege und Demenz Niederrhein*



## Schon gewusst?!

Zahlen, Daten, Fakten rund um das Thema freiwilliges Engagement

**05. Dezember**  
Internationaler  
Tag des Ehrenamts

Frauen im Alter ab 43 Jahren übten 2023 zu 16 % ein Ehrenamt aus, Männer zu 23,7 %.

Personen, die ein Ehrenamt ausüben, fühlen sich **weniger sozial ausgeschlossen** als Personen, die nicht ehrenamtlich tätig sind.

Jede fünfte Person in der zweiten Lebenshälfte übte 2023 ein ehrenamtliches Engagement in einer Organisation aus.

### KERNAUSSAGEN EINER NEUEN STUDIE DES DEUTSCHEN ZENTRUMS FÜR ALTERSFRAGEN ZU EHRENAMT UND ZUGEHÖRIGKEITSGEFÜHL<sup>1</sup>

Insbesondere Frauen fühlen sich weniger sozial ausgeschlossen, wenn sie ehrenamtlich aktiv sind.

Mehr dazu im vollständigen Bericht [hier](#)

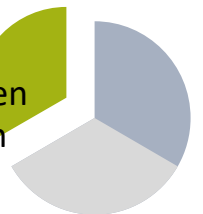
Die **beliebtesten 3 Engagement-Bereiche** in NRW (ab 18 Jahren):<sup>2</sup>

Kirche und religiöse Gemeinschaften

Soziale Bereich

Sport

NRW: Gut **ein Drittel** der Erwachsenen hatte 2022 ein Ehrenamt<sup>2</sup>



**27,9 %** der Erwachsenen mit Ehrenamt investierten **mehr als elf** Stunden im Monat (NRW)<sup>2</sup>

**28,1 %** der Erwachsenen mit Ehrenamt investierten **weniger als 3** Stunden im Monat (NRW)<sup>2</sup>



# Ein Blick in die Region

## 4 Fragen an Gabriele van Royen, Nachbarschafts Koordinatorin der Gemeinde Sonsbeck

Das Netzwerk der Nachbarschaftsberatung in Sonsbeck wurde durch ein LEADER-Projekt initiiert. LEADER ist ein Förderprogramm der EU zur Entwicklung ländlicher Gebiete. Nach Ende der Projektzeit und einer Verlängerung durch die Bezirksregierung wurde aufgrund der positiven Erfolge in der Gemeinde Sonsbeck eine neue Stelle für die Nachbarschaftskoordination im Fachbereich für Soziales eingerichtet. Nunmehr gibt es die Nachbarschaftsberatung unter kommunaler Trägerschaft für alle Bürger:innen als neuen Beratungsstützpunkt. Gabriele van Royen ist Koordinatorin der Nachbarschaftsberatung.

### 1 Wie beschreiben Sie Ihre Tätigkeit?

*Die Nachbarschaftsberatung ist eine kostenlose und trägerunabhängige soziale Lebensberatung, die auf dem Prinzip des bürgerlichen Engagements beruht. Übergeordnetes Ziel hierbei ist die Stärkung der selbständigen Lebensführung und damit die Vermeidung bzw. Verzögerung von auftretenden Sozialkosten und ggf. vollstationärer Pflege. Es folgt somit dem Grundsatz den sozialen Bedarf frühestmöglich zu identifizieren um „ambulant vor stationär“ zu erwirken. Die Nachbarschaftsberatung ist ein mittlerweile gut ausgebautes Netzwerk von über 50 Bürger:innen in Sonsbeck.*

*In den meisten Fällen kann durch die frühzeitige Identifizierung des Hilfebedarfs eine schnelle und individuelle Lösung koordiniert werden, die ohne die Nachbarschaftsberatung wahrscheinlich erst viel zu spät aufgefallen wäre. Durch die enge Zusammenarbeit mit der Pflegeberatung der Kommune und allen örtlichen Trägern können so Kosten vermieden werden. Die Nachbarschaftsberater:innen konnten innerhalb des Netzwerkes gemeinsam Wissen über die Möglichkeiten der vorhandenen Angebotsvielfalt erwerben. Dieser entstandene „Wissensschatz“ kann nun der Bevölkerung der Region zugänglich gemacht werden.*

*Die Nachbarschaftsberatung stellt den Menschen in den Vordergrund und arbeitet lösungsorientiert. Sie ist mehr denn je ein Lückenschluss zwischen den bestehenden Beratungsangeboten, den professionellen Trägerschaften und individuellem sozialen Bedarf.*



Foto: G. van Royen

**„Eine gute Nachbarschaft kann Leben retten und sie beginnt nebenan.“**

**Gabriele van Royen**  
Nachbarschaftskoordination  
Gemeinde Sonsbeck  
Fachbereich 3 - Ordnung und Soziales

Weitere Infos und Kontaktdaten [hier](#).



2

### Welcher Teil Ihrer Arbeit gefällt Ihnen besonders?

*Die Arbeit mit meinen tollen Ehrenamtlichen. Sie sind das Herzstück des Netzwerks. Sie sind die Verbindungsglieder, die Sorgen und Nöte aufgreifen und entsprechende Hilfen vermitteln. Durch ihre Bereitschaft, Zeit und Engagement zu investieren, tragen sie maßgeblich zur Stärkung der sozialen Strukturen bei.*

*Es macht mich stolz, den Menschen wieder die Teilhabe an der Gesellschaft und eine Verbundenheit mit der Gemeinschaft zu ermöglichen. In Sonsbeck haben wir nicht nur ein Netzwerk geschaffen, sondern eine lebendige Gemeinschaft, die sich um ihre Mitglieder kümmert. Wir haben so viele schöne Veranstaltungsformate wie unser Senioren Tanz Café, Stammtisch für pflegende Angehörige und Nachbarn oder Sprechstunde Demenz.*



3

### Haben Sie einen Tipp an die Lesenden?

*Seien Sie mutig. Wie sagte Goethe so schön. Man muss es einfach T U N.*

*Nicht immer so viel abwägen und nachdenken. Helfen ist das schönste Zeitwort der Welt nach dem Wort „Lieben“ und so sollte man auch in den Tag hineingehen. Wir Menschen neigen dazu immer abzuwägen und dadurch stehen wir uns in vielen Dingen allzu oft selber im Weg. Also einfach mal TUN.*



4

### Welche Superkraft würde Ihnen helfen?

*Uns Menschen ist Empathie und Nächstenliebe gegeben. Wenn wir alle davon ein bisschen einsetzen, benötigen wir keine Superkräfte. Ansonsten eine körperliche, mentale und soziale Fähigkeit, den Menschen genügend zuzuhören und darauf zu achten, was sie zu sagen haben.*



Fotos: G. van Royen

# Wir haben freiwillig Engagierte gefragt: Wofür setzen Sie sich ein und was ist Ihre Motivation?



Kreis Kleve

Helmut Woerner



Den überwiegenden Teil meines beruflichen Lebens habe ich mich mit den Phänomenen von Demenzen und den Auswirkungen auf betroffene Menschen und deren Zugehörige beschäftigt.



Foto: H. Woerner

Heute engagiere ich mich nachberuflich und ehrenamtlich im „Netzwerk Alter und Demenz im Kreis Kleve“, um genau diese Menschen weiterhin mit meiner Erfahrung und meinem Wissen unterstützen zu können.

Ich möchte dabei helfen, dass die Betroffenen und die Zugehörigen die Demenz besser verstehen und wissen, was ihnen im Alltag hilfreich sein kann.

Ich möchte dabei zu einem besseren gegenseitigen Verständnis beitragen, um Spannungen und Missverständnissen vorzubeugen.

Ich möchte ihnen aber auch Mut machen und ihr Selbstbewusstsein stärken, damit die Selbstverständlichkeit gesellschaftlicher Teilhabe eingefordert und gelebt werden kann.



Kamp - Lintfort

Karin Müller



Foto: K. Müller

Wir haben den Einzug einer Bekannten in das Caritas Seniorenzentrum St. Josef begleitet. Regelmäßig besuchten wir die Dame und unterhielten uns dabei auch mit den anderen Bewohner:innen. So entstand die Idee einer Klöngruppe.

Ich freue mich, dass alle Teilnehmenden der Gruppe sehr gerne kommen. Wir genießen einfach die Freude der Teilnehmer:innen und die Wertschätzung unserer ehrenamtlichen Arbeit.





Krefeld

Alexa



Ich begleite Wochenenden für Menschen mit einer Frontotemporalen Demenz. Zuerst war ich etwas ängstlich, ob ich der Aufgabe gewachsen sein würde, da ich ja keine Erfahrung mit demenzkranken Personen hatte. Zu sehen und einen Teil dazu beizutragen, wie die Erkrankten und deren Angehörige im Laufe des Wochenendes loslassen, sich nicht erklären müssen und vor allem Erfahrungen austauschen, ist toll. Die Erfahrungen, die ich dort gemacht habe, machen mich glücklich und zufrieden.

Ich kann jedem nur empfehlen, über seinen Schatten zu springen und seinen Horizont zu erweitern.



## Engagement wertschätzen:

### Pflegepreis Pflegecompass im rechtsrheinischen Kreis Wesel



**pflegecompass**  
Stadt & rechtsrheinischer Kreis  
Wesel

Die besinnliche Zeit steht kurz bevor, in der wir uns alle gerne auf das konzentrieren, was wirklich wichtig ist. Dazu gehört auch die Fürsorge für andere Menschen. Viele Menschen aus der Stadt Wesel sowie den rechtsrheinischen Städten und Gemeinden des Kreises Wesel engagieren sich in der Pflege und verdienen dafür Wertschätzung und Anerkennung. Schenken Sie diese jetzt mit einer Nominierung für den Pflegepreis pflegecompass. Der pflegecompass wird gemeinsam vom Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Niederrhein und der Pflegeberatung compass verliehen. Nominiert werden können pflegende Angehörige, ehrenamtlich Pflegende und auch regionale Angebote und Projekte.

**Tipp:** Angebote können sich auch selbst nominieren!

**Es lohnt sich:** Drei Einzelpersonen wird ein Wunsch in Höhe von maximal 250 € erfüllt.

Das erstplatzierte Projekt erhält 1.000 € Preisgeld.

**Weitere Infos [hier](#)**

**JETZT EINE [PERSON](#) ODER EIN [VOR-ORT-ANGEBOT](#) VORSCHLAGEN!**



# Aktuelles



## Weitere Verstärkung für unser Team am Niederrhein

Mein Name ist Anna Heßling und ich freue mich, seit September Mitarbeiterin des Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz Niederrhein zu sein.

Meine berufliche Laufbahn begann in der Altenpflege. Hier sammelte ich umfassende Erfahrungen im stationären, teilstationären und ambulanten Bereich. Anschließend absolvierte ich das Studium Gesundheitspsychologie und Medizinpädagogik, welches meine Neugier auf die Projektarbeit geweckt hat. Ich bin sehr gespannt auf die neuen Herausforderungen und freue mich darauf, frische Impulse in das Regionalbüro einzubringen.

Meine Arbeitsbereiche umfassen die Förderung und Unterstützung der Pflegeberatungsangebote und -strukturen sowie den Kompetenzbereich Migration. Neben meiner halben Stelle im Regionalbüro, bin ich in der Wohnberatung des Caritasverbandes Dinslaken und Wesel tätig.

Wenn Sie Interesse an einem Austausch haben, um sich zu vernetzen und gemeinsam Ideen zu entwickeln, können Sie mich unter 0151 50762147 oder [rb-niederrhein@caritas-wesel.de](mailto:rb-niederrhein@caritas-wesel.de) erreichen.



## Bei Ihnen ist es möglich, sich für Menschen mit Demenz freiwillig zu engagieren?

Dann füllen Sie gerne unter diesem [Link](#) oder QR-Code den kurzen Steckbrief für Ihre Institution bis zum 22.01.2025 aus.



Im Rahmen des Jahresthemas „Freiwilliges Engagement stärken“ unterstützen die Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz NRW die zahlreichen Engagement-Möglichkeiten im Bereich Demenz: Dafür möchten sie zunächst einen Überblick über bestehende Angebote und Projekte gewinnen, um die Sichtbarkeit zu fördern.

Im Anschluss werden die Angebote gebündelt und nach Rücksprache mit Ihnen veröffentlicht.

## Unser Tipp

„gut informiert und gestärkt durch den Advent“

Teilen Sie gerne den digitalen  
**Adventskalender für pflegende Angehörige**

Eine Kooperation der Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz,  
der Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe und des Servicezentrums  
zur Vereinbarkeit von Beruf und Pflege



Wir bedanken uns für die gute  
Zusammenarbeit und wünschen  
Ihnen und Ihrer Familie  
fröhliche Weihnachten und  
einen guten Start ins neue Jahr!

*Ihr Team des Regionalbüros  
Alter, Pflege und Demenz Niederrhein*



02064 / 477 11 55



rb-niederrhein@caritas-wesel.de



Gefördert von:

Ministerium für Arbeit,  
Gesundheit und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESVERBÄNDE  
DER PFLEGEKASSEN



In Trägerschaft des Caritasverbandes  
für die Dekanate Dinslaken und Wesel

