

UNTERSTÜTZUNG IM PFLEGEALLTAG: KURSE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Sich um einen Angehörigen zu kümmern, der pflegebedürftig ist, verändert den eigenen Alltag und kann einen vor große Herausforderungen stellen. Man übernimmt neue Aufgaben und auch die Beziehung zueinander kann sich verändern. Wie kann man lernen, mit diesen Aufgaben umzugehen und was kann helfen, um die Pflege zuhause gut bewältigen zu können? Um Pflegenden Angehörigen genau dazu eine Unterstützung zu bieten, sieht die Pflegeversicherung Pflegekurse für Angehörige, Nachbar:innen und Freund:innen vor, die Pflege und Unterstützung erbringen möchten. Diese Kurse sind für die Teilnehmenden immer freiwillig und kostenlos. Geregelt ist der gesetzliche Anspruch auf solch einen Kurs in § 45 im Sozialgesetzbuch der Pflegeversicherung (kurz: SGB XI).

Pflegekurse für Angehörige und ehrenamtliche Pflegepersonen:

Wer bietet diese Kurse an und wo finde ich sie?

Die Pflegekasse kann die Kurse selbst oder in Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen, wie z.B. ambulanten Pflegediensten oder Volkshochschulen anbieten. § 45 SGB XI sieht zudem vor, dass die Pflegekassen ergänzend digitale Kursangebote vorhalten sollen. Die Kurse werden in der Regel von zusätzlich geschulten Pflegefachkräften übernommen.

Übersichten zu regionalen Pflegekursanbietern finden Sie hier: [Kursübersichten](https://alter-pflege-demenz-nrw.de/akteure/2023/06/07/unterstuetzung-im-pflegealltag-kurse-fuer-pflegende-angehoerige/)
(<https://alter-pflege-demenz-nrw.de/akteure/2023/06/07/unterstuetzung-im-pflegealltag-kurse-fuer-pflegende-angehoerige/>)

In den nächsten Abschnitten stellen wir Ihnen kurz verschiedene Arten von Pflegekursen vor. Alle Kursarten haben ein gemeinsames Ziel: Grundwissen zur Pflege von Angehörigen zu vermitteln und so dazu beizutragen, mit den täglichen Aufgaben und Herausforderungen in der häuslichen Versorgung umgehen zu können. Die verschiedenen Kursformen unterscheiden sich je nachdem, an welchem Ort und welcher Gruppenkonstellation sie angeboten werden. Die Entscheidung für oder gegen ein Format hängt auch davon ab, was Pflegende Angehörige aktuell in ihrer individuellen Situation brauchen.

Gut zu wissen:

Eine Pflegesituation kann sich im Laufe der Zeit verändern. Die gesetzliche Grundlage (§ 45 SGB XI) benennt keine Begrenzung der Pflegekurse pro Person. Das heißt, dass Sie Pflegekurse und Pflegetrainings auch mehrmals kostenlos in Anspruch nehmen können, wenn die Pflege zum Beispiel noch anspruchsvoller wird. Klären Sie bitte trotzdem in diesen Fällen die Kostenübernahme im Vorfeld mit Ihrer Pflegekasse.



Es gibt verschiedene Formen von Pflegekursen:

Pflegekurse

Pflegekurse sind für mehrere Teilnehmende konzipiert und finden in lokalen Einrichtungen statt (z.B. Krankenhäusern, Volkshochschulen oder Sozialstationen). Die genauen Inhalte und der zeitliche Umfang der Kurse können unterschiedlich sein. In den meisten Fällen werden jedoch mindestens die Themen praktische Pflegehandgriffe, Selbstpflege, Leistungen der Pflegeversicherung und Hygiene behandelt. Die Kurse sind eine gute Möglichkeit, um andere Personen in der gleichen Situation kennenzulernen, sich auszutauschen und gegenseitig Tipps zu geben.

Tip: Neben allgemeinen Pflegekursen gibt es solche, die auf die Pflege von speziellen Erkrankungen eingehen, wie z.B. Pflegekurse für Angehörige von Menschen mit Demenz oder für Schlaganfallpatienten.

Pflegetrainings im Krankenhaus

Bereits während eines Krankenhausaufenthaltes besteht für Pflegende Angehörige die Möglichkeit, mit Pflegetrainer:innen der Familialen Pflege im Krankenhaus vorbereitend in der Pflege des Angehörigen angeleitet zu werden. Nach der Entlassung wird das in der Klinik begonnene Pflegetraining zu Hause fortgesetzt, um den Übergang von der Klinik in die Häuslichkeit möglichst sicher zu gestalten.

Individuelle Einzeltrainings/ Pflegeschulungen im eigenen Haushalt

Pflege-Einzeltrainings finden in der Häuslichkeit statt, in der die pflegebedürftige Person versorgt wird. So kann die geschulte Pflegekraft in der Anleitung auf die individuellen Gegebenheiten vor Ort eingehen und auch der Umgang mit eventuell benötigten Pflegehilfsmitteln wie z.B. Rollstuhl und Treppenlift kann geübt werden.

Spezialkurs: Kurse für die Nachbarschaftshilfe

Die Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz NRW haben einen Kurs speziell für Nachbarschaftshelfer:innen konzipiert. Im Rahmen der Nachbarschaftshilfe unterstützen die Helfenden bei kleineren Tätigkeiten im Haushalt und der Alltagsgestaltung der Pflegebedürftigen, leisten jedoch keine Körperpflege. Dieser Kurs ist ebenfalls ein Kurs nach § 45 SGB XI, richtet sich inhaltlich jedoch *nicht* an Pflegende Angehörige und Pflegepersonen. In diesem Kurs können zum Beispiel *keine* pflegerischen Handgriffe vermittelt werden.

Sie möchten Nachbarschaftshelfer:in werden? Besuchen Sie uns für weitere Informationen auf unserer Internetseite: www.nachbarschaftshilfe.nrw oder wenden sich an Ihr Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz: www.alter-pflege-demenz-nrw.de.