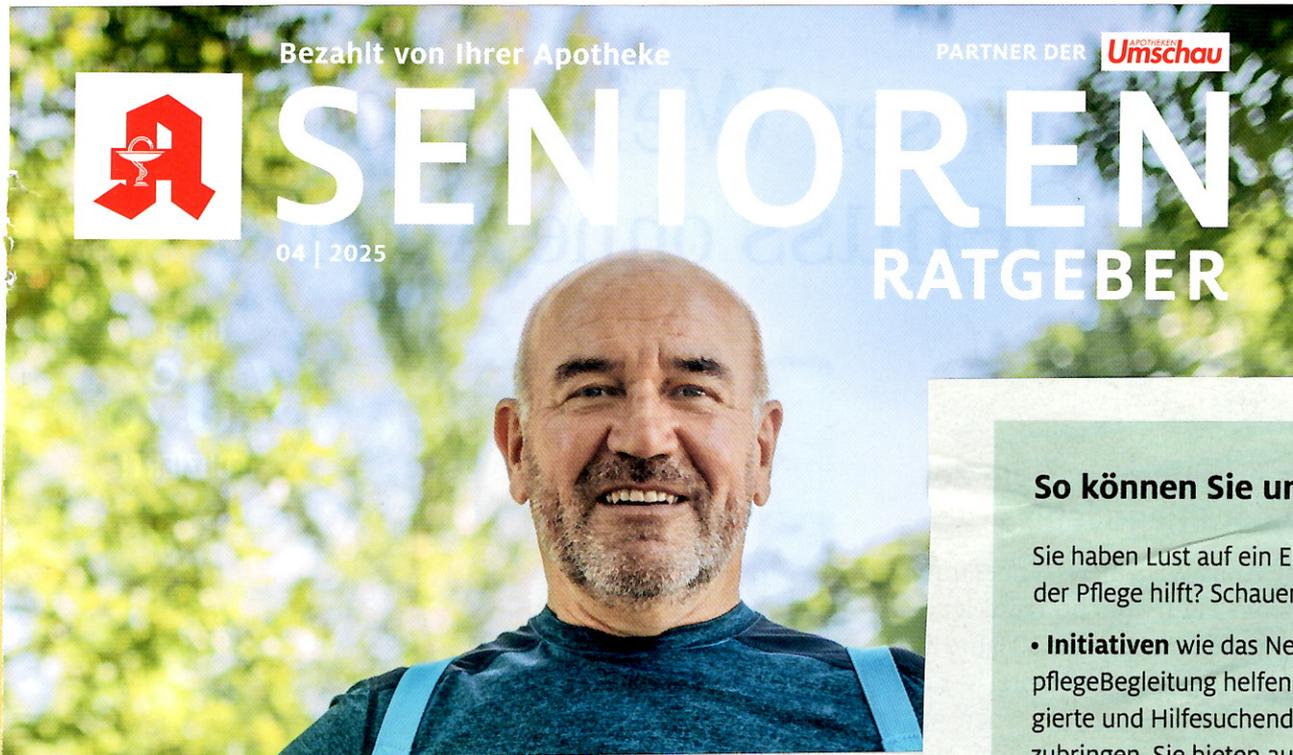


Mit freundlicher Genehmigung des Verlages eingescannt
In: Senioren Ratgeber, Ausgabe 04/2025, S. 61-63



Bezahlt von Ihrer Apotheke

PARTNER DER **UMSCHAU**



SENIOREN RATGEBER

04 | 2025

● AN DEINER SEITE

Der Pflege den Rücken stärken

ENGAGEMENT Pflege kann sehr von ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern profitieren. Wir stellen drei Menschen vor, die sich auf ganz unterschiedliche Art einbringen

TEXT: DR. SUSANNE KAILITZ-KUNZ

So können Sie unterstützen

Sie haben Lust auf ein Ehrenamt, das der Pflege hilft? Schauen Sie mal hier:

- **Initiativen** wie das Netzwerk pflegeBegleitung helfen dabei, Engagierte und Hilfesuchende zusammenzubringen. Sie bieten auch die nötige Ausbildung: pflegebegleiter.de
- **Große Träger wie Diakonie, Caritas und Malteser** suchen permanent nach Freiwilligen – für ganz unterschiedliche Aufgaben. Von Sanitätsdienst und Bevölkerungsschutz über Hospiz- und Trauerarbeit bis hin zur Alltagsbegleitung für Ältere ist alles dabei. Auf den jeweiligen Websites sind Ansprechpartner und Kontaktdaten vermerkt.
- **Eine wichtige Unterstützung sind Nachbarschaftsnetzwerke** – sowohl für pflegende Angehörige als auch für pflegebedürftige Menschen. Ehrenamtliche unterstützen dabei etwa bei Arztbesuchen oder im Haushalt. Die Initiativen haben häufig Kontaktstellen vor Ort. Auch online kann man sich anmelden und austauschen, etwa unter nebenan.de.

HAUSTIERPFLEGE

Tipps für Menschen und Vierbeiner **s. 32**

VORFAHREN

Was Ahnenforschung über uns verrät **s. 40**

G

St
Eir

Das Ehrenamt hat die Zeit, die der Pflege fehlt

Wenn Anna Wischnewski über ihren früheren Beruf spricht, dann leuchten ihre Augen. Mehr als 30 Jahre hat sie als Pflegekraft gearbeitet – und auch selbst mehrere Personen aus ihrer eigenen Familie gepflegt. Heute unterstützt sie ihre früheren Kolleginnen und Kollegen im Ehrenamt: als Gründerin und Sprecherin

des BegleiterNetzwerks Bochum. Das bildet Pflegebegleiterinnen und -begleiter aus und sorgt dafür, dass Hilfesuchende und Ehrenamtliche zueinanderkommen.

Wie unterstützend dieses Angebot für die Pflege ist, weiß sie aus eigener Erfahrung: „Zu meinem Job hat auch die Pflegeberatung gehört. Da habe ich mit völlig überforderten Menschen gesprochen, die sich von

„Vom Miteinander profitieren am Ende alle“

ANNA WISCHNEWSKI
war selbst viele Jahre
lang Pflegekraft. Heute
leitet sie ehrenamtlich
ein Netzwerk für
Pflegebegleitung



jetzt auf gleich in ein System einarbeiten mussten, das ihnen völlig fremd war. Gehen Sie mal als normaler Laie in so eine Beratung! Das können Sie gar nicht sofort alles erfassen, da brauchen Sie Hilfe.“ Als Pflegeberaterin hätte sie sich nur zu gern viel mehr Zeit für diese Gespräche genommen, noch in Ruhe einen Kaffee mit den Familien getrunken und dann geholfen, die vielen Formulare auszufüllen: „Aber dafür ist einfach keine Zeit vorgesehen. Wenn es eine ehrenamtliche Pflegebegleitung gibt, die das leisten kann, ist das eine unfassbare Hilfe.“ Andere Ehrenamtliche stünden bereit, um Angehörigen einfach einmal Luft zu verschaffen – etwa für einen Friseurbesuch. Wieder andere würden Patientinnen und Patienten zu Terminen fahren oder bei ambulanten Eingriffen begleiten. „So unterschiedlich wie die Menschen sind, so unterschiedlich sind die Bedarfe und auch das, was jemand anzubieten hat. Wenn das gut zusammengebracht wird, profitieren alle davon.“ ●



**Artikel online lesen:
QR-Code scannen**

„Nur im Miteinander kommen wir weiter“

Prof. Dr. Elisabeth Bubolz-Lutz ist Sprecherin des Netzwerks pflegeBegleitung auf Bundesebene. Für sie ist Pflege ohne Engagement nicht denkbar

Frau Bubolz-Lutz, warum braucht die Pflege das Ehrenamt?

Eine menschenwürdige und humane Pflege, speziell die, die zu Hause stattfindet, wird schon in Kürze ohne zivilgesellschaftliches und nachbarschaftliches Engagement nicht mehr möglich sein. Professionelle Pflege stößt an ihre Grenzen. Und bei allen technischen Möglichkeiten: Persönliche Zuwendung und ein Austausch auf Augenhöhe sind unbedingt notwendig, um Lebensfreude und Sinn zu erleben. Gepflegte sind darauf ebenso angewiesen wie die pflegenden An- und Zugehörigen. Freiwillige, die sich entsprechend auf ihre Aufgabe vorbereitet haben, bringen Zeit und Ruhe mit. Sie wissen um das Heilsame von Begegnungen, gerade in schwierigen Situationen.

Aber wie bekommen wir das benötigte Engagement auf eine verlässliche Basis?

Was wir brauchen, sind Personen, die Zeit und Initiative mitbringen, um emotionale Sicherheit zu vermitteln: Da ist jemand in der Nähe, den ich um Hilfe bitten kann. Viele Menschen wären bereit, sich zu engagieren, wenn man sie persönlich ansprechen würde – und wenn sie in ihrem Engagement gewürdigt und fachlich begleitet würden.

Was muss sich also ändern?

Wir müssen zunächst verstehen, dass wir nur im Miteinander weiterkommen. Es braucht gute Bedingungen und verlässliche Strukturen für Engagement: Orte, Netzwerke und Hauptamtliche, die durch ihre Fachlichkeit den Freiwilligen selbst einen festen Rahmen bieten. Wir brauchen Personen, die die ehrenamtlich tätigen Pflegebegleiter fortbilden. Und es braucht einen langfristigen politischen Plan, der konsequent auf den verschiedenen Ebenen umgesetzt wird.