

Selbstpflege für Pflegende An- und Zugehörige

Angebote der Unfallkasse NRW

Tag der offenen Tür im Haus der Ärzteschaft / 29. März 2025
Teilhabe, Selbstpflege und verstehende Kommunikation für alle
Martin Schieron (Referent Prävention für pflegende Angehörige)

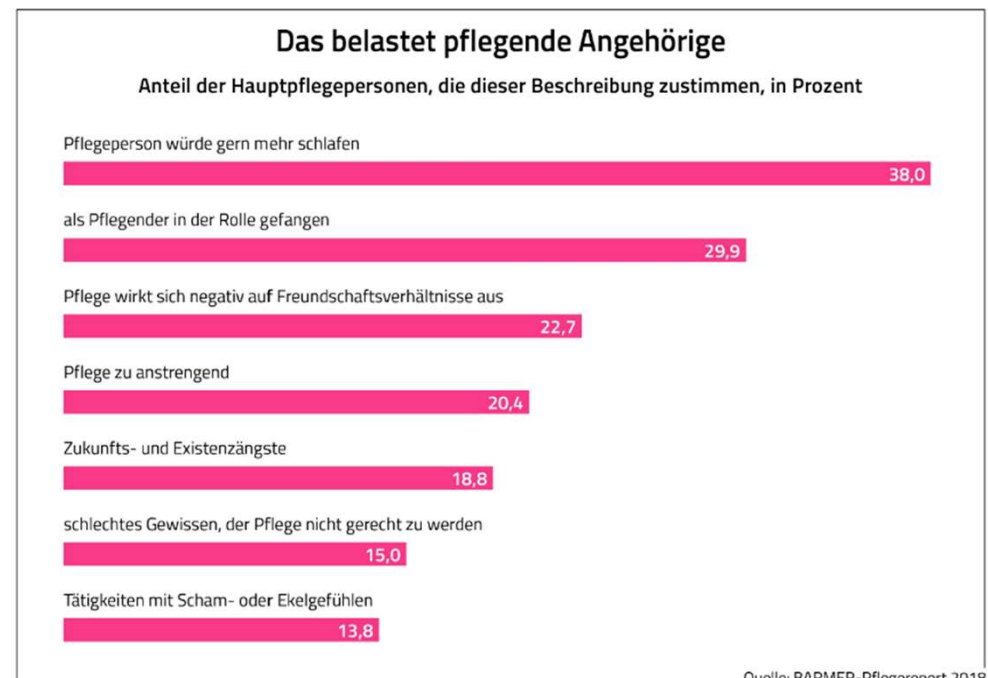
Ein paar Zahlen, Daten, Fakten...

	Bund	NRW
Pflegebedürftige Personen *	ca. 5,7 Mio.	ca. 1,4 Mio.
Pflegende Angehörige ** (inkl. Pflegepersonen gem. § 19 SGB XI)	mind. 11,4 Mio.	mind. 2,8 Mio.

Noch ein paar Zahlen, Daten, Fakten...

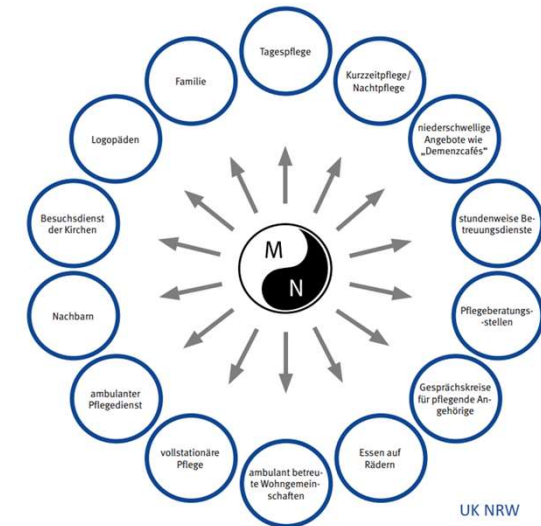
- Hauptpflegepersonen*
 - ca. 72 % weiblich
 - ca. 50 % im Alter von 41 bis 60 Jahre
 - ca. 53,6 % berufstätig (ca. 23% in Vollzeit)
- Belastungen
 - körperlich, psychisch, sozial, finanziell

* VdK- Studie 2023



Selbstpflege – was ist das überhaupt?

„Selbstpflege“ meint **alle** gezielten und bewussten Handlungen, die ausgeübt werden, um **Gesundheit** sowie **Wohlbefinden** zu erlangen, zu erhalten oder wiederherzustellen (D. Orem, 1971)



UK NRW



UK NRW

UK.NRW



www.sicheres-krankenhaus.de

© UK/BGW

Warum interessiert das die Unfallkasse NRW?

1. UK NRW ist Arbeitgeberin
– auch für Beschäftigte mit Pflege-/Sorge-Verantwortung
2. Es gibt den **§ 2 Abs. 1 Nr. 17 SGB VII**

Rahmendaten für NRW

1.387.134 Pflegebedürftige insgesamt (nach Pflegestatistik 2023)

1.217.708 Pflegebedürftige im häuslichen Bereich versorgt

169.213 Pflegebedürftige in stationären Einrichtungen

UK NRW: ca. 1.777.409 versicherte Pflegepersonen

(§ 2 Abs. 1 Nr. 17 SGB XI)



Prävention für „Pflegerische An- und Zugehörige“

3 Zielgruppen

1. **Pflegerische An- und Zugehörige**
(Informationen)
2. **Multiplikatorinnen und Multiplikatoren**
(Informationen und Schulungen)
3. **Relevante Akteurinnen und Akteure**
(Vernetzung)

1. Informationen für pflegende Angehörige – digital + analog



Zu Hause pflegen



Sicheres Pflegen zu Hause



Broschüren,
Checklisten etc.



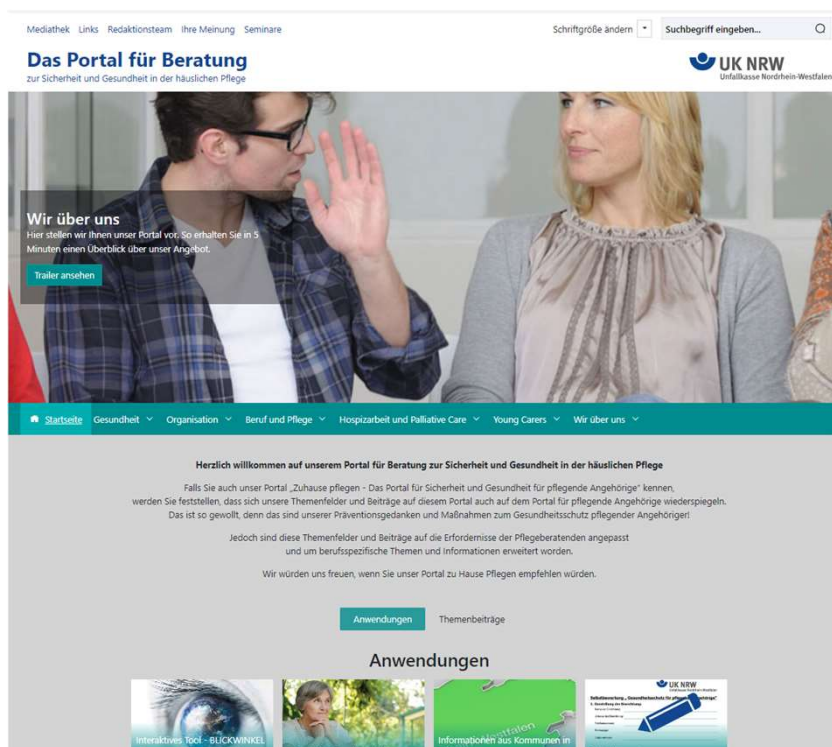
Zeitschriften
(ab 06.2025:
Ich pflege!)



Vorträge / Infostände



2. Informationen für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren



Das Portal für Beratung



01 Juli	Familienmoderation/ Konfliktmoderation im Rahmen von Pflegebedürftigkeit Alexandra Daldrup	Juli 01, 2025 09:30 – Juli 02, 2025 17:30	Münster
18 August	Trauern ist die Lösung, nicht das Problem (Chris Paul) Alexandra Daldrup	August 18, 2025 09:00 – August 19, 2025 17:30	Münster
25 August	Beim Pflegen gesund bleiben – Aufbauseminar 2 Pflege, Beruf und gesund bleiben – wie kann das gehen? Alexandra Daldrup	August 25, 2025 09:30 – August 27, 2025 17:30	Münster
09 September	Beim Pflegen gesund bleiben – Aufbauseminar 1 zum Gesundheitsschutz nicht erwerbsmäßig Pflegenden Alexandra Daldrup	September 09, 2025 09:00 – September 11, 2025 17:30	Dülmen

3. Vernetzung, Kooperation mit und Information von relevanten Akteur*innen

Projekte

- Neuheit für Pflege (2009-2011)
- QuartUpA (2013-2015)
- PuRpA (2020-2023)
- etc.

DGUV Sachgebiet Pflegerische Angehörige

seit November 2024

und:

MAGS, Pflegekassen, Kommunen ...



Landesweite Vernetzung NRW (seit Juni 2024)

- Alzheimer NRW
- AW Kur und Erholungs-GmbH
- Kuratorium Deutsche Altershilfe (Koordination)
- Landesnetz Pflegeselbsthilfe
- Landesprogramm Vereinbarkeit Beruf + Pflege
- LaS NRW
- LK Wohnberatung NRW
- LSV NRW
- LZG NRW
- Pflegewegweiser NRW
- Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz*
- Verein Deutscher Pflegetrainer*innen e.V.
- wir pflegen e.V. NRW

* in unterschiedlicher Trägerschaft

Verwendete Quellen

- **Barmer Pflegereport 2018** - <https://www.barmer.de/resource/blob/1028518/9186b971babc3f80267fc329d65f8e5e/barmer-pflegereport-2018-band-12-data.pdf>
- **Bayerisches Zentrum Pflege Digital (BZPD) 2024** - https://www.hs-kempten.de/fileadmin/Forschung/Forschungsinstitute/Bay._Zentrum_Pflege_Digital/Workingpaper_Policy_Briefs/WP_Pflegepersonen_Schuetz_Wetzel_BZPD_WP_07-2024.pdf
- **Destatis 2024** - <https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Gesundheit/Pflege/Tabellen/pflegebeduerftige-pflegestufe.html>
- **Geschäftsbericht UK NRW 2023** - <https://www.unfallkasse-nrw.de/service/nachrichten/jahresbericht-zahlen-daten-fakten-2023-1975.html>
- **IT NRW 2025** - https://www.it.nrw/system/files/media/document/file/384_24.pdf
- **VdK Studie 2023** - https://www.vdk-naechstenpflege.de/wp-content/uploads/2023/05/SPERRFRIST_VdK-Pflegestudie_Abschlussbericht_Februar_2023_inkl_Anhang.pdf



Martin Schieron

Referent Prävention für
Pflegerische Angehörige

m.schieron@unfallkasse-nrw.de

Telefon: 0211-2808-1259

Vielen Dank für

Ihre Aufmerksamkeit.