



Kurzbeschreibung des Modellprojekts:

Online Selbsthilfe Initiativen für Pflegende Angehörige (OSHI-PA)

Das Modellprojekt **Online Selbsthilfe Initiativen (OSHI)** sieht die Ergänzung und Erweiterung des bereits bestehenden Selbsthilfeangebots für pflegende Angehörige durch die Entwicklung onlinestützter virtueller Selbsthilfe und den Einsatz neuer Medien vor.

Der Ausbau der virtuellen Selbsthilfe gibt pflegenden Angehörigen und Selbsthilfegruppen die Möglichkeit, sich über verschiedene technologische Kommunikationsmedien (Computer, Tablet, Smartphone) und internetgestützte Kommunikationsformen (Online Portal mit Videochat, Foren, sowie Soziale Medien) geschützt auszutauschen, zu informieren und zu unterstützen.

Im Modellprojekt wird zusammen mit einem professionellen Anbieter von Online-Lösungen im sozialen Bereich ein Selbsthilfeportal für virtuelle Selbsthilfegruppen entwickelt. Es wird pflegenden Angehörigen ermöglichen, sich thematisch (z.B. Pflegefinanzierung; Vereinbarkeit Pflege/Beruf) oder zielgruppenspezifisch (z.B. Pflegende von älteren Menschen oder Kindern) zu vernetzen und auszutauschen, bundesweit oder auch regional/kommunal begrenzt.

OSHI-PA ermöglicht auf innovative Art die Entwicklung neuer Selbsthilfe Initiativen, den Ausbau bestehender regionaler Initiativen bzw. Selbsthilfegruppen und deren Verknüpfung mit Online-Selbsthilfe-Kommunikationsmöglichkeiten bzw. über soziale Medien. Die Gruppen werden bei der Nutzung des Online-Portals unterstützt und technisch begleitet. Dabei werden Möglichkeiten der Einbindung der geplanten Modellkommunen laut Pflegestärkungsgesetz 3 angestrebt.

Das Projekt wird empirische Erkenntnisse zur Online Selbsthilfe pflegender Angehöriger sammeln, den Nutzen für pflegende Angehörige nachweisen, Schulungskonzepte und -materialien einschließlich Webinare und Experten-Webinare erstellen und zugänglich machen. Auch werden Leitfäden und Schulungen für Multiplikatoren erstellen, um die Nachhaltigkeit des Projekts zu sichern.

Die besondere soziale Innovation des Projekts

- systematischer Aufbau einer technischen Infrastruktur für internetgestützte Selbsthilfe pflegender Angehöriger, als Antwort auf den Bedarf nach ortsunabhängigen Lösungen
- eine zentrale Plattform, die als Portal Zugang zu thematischen Selbsthilfegruppen anbietet
- videounterstützte Kommunikation, die auch Webinare und Chats mit Experten erlaubt
- der Entwicklung bundesweiter Online Selbsthilfegruppen und dem Potenzial, reale Selbsthilfegruppen vor Ort mit zusätzlichen, sicheren, internetbasierten Kommunikationsformen zu ergänzen
- der Befähigung pflegender Angehöriger zur aufgeklärten Nutzung bekannter und weit verbreiteter Sozialer Medien zur individuellen, eigenständigen Selbsthilfe
- der Vereinbarkeit der häuslichen Pflegeverantwortung mit paralleler Nutzung der Online Selbsthilfegruppen ohne Pflegersatzkräfte organisieren und finanzieren zu müssen



Primäre Zielgruppe: aktiv & ehemals pflegende Angehörige aller Altersgruppen und krankheitsübergreifenden Pflegesituationen, die den Austausch und Kontakt mit anderen Betroffenen suchen.

Zweite Zielgruppe: Selbsthilfekontaktstellen und -organisationen, die von den Erkenntnissen und Erfahrungen des Modellvorhabens für die nachhaltige Multiplikatoren-Wirkung profitieren.

Oberziele des Projekts:

- (1) Selbsthilfeangebote zum Erfahrungsaustausch pflegender Angehöriger durch den Einsatz digitaler Medien ergänzen: Online Strukturen schaffen und professionell weiterentwickeln
- (2) Pflegende Angehörige ermutigen, Selbsthilfeangebote vermehrt in Anspruch zu nehmen: den Zugang zu Selbsthilfeangeboten erleichtern und Online Selbsthilfe Initiativen mit realer Selbsthilfe verknüpfen
- (3) Die Auswirkungen der Nutzung von Online Selbsthilfe untersuchen: auf die Entlastung in der Pflege und die subjektive Lebensqualität der Nutzenden prüfen

Unterziele des Projekts:

- (1) Ein nutzerfreundliches und effektives Online Selbsthilfeportal gestalten, in Zusammenarbeit mit einem professionellen Anbieter von sozialen Online Lösungen
- (2) Das Selbsthilfe Potential über soziale Medien ausbauen, pflegende Angehörige für die kompetente Nutzung dieser Medien gewinnen und schulen
- (3) Aufbau und Begleitung von mindestens 10 rein online basierten bundesweiten Selbsthilfegruppen pro Jahr
- (4) Begleitung und ggf. Aufbau von 5 lokalen (realen) Selbsthilfegruppen pro Jahr, mit digitaler Verknüpfung – in Zusammenarbeit mit mindestens 3 Selbsthilfekontaktstellen vor Ort
- (5) Evaluation der Anwendungsfreundlichkeit, Attraktivität und des Nutzens des Online-Selbsthilfe-Portals, in Zusammenarbeit mit dem Institut für Teilhabeforschung der Katholischen Hochschule Nordrhein-Westfalen
- (6) Implementationsleitfaden und Schulungen für Multiplikatoren/innen zum Erfahrungstransfer und zur Nachhaltigkeit der virtuellen und Online-Selbsthilfe erstellen und publizieren.

Antragsteller: wir pflegen e.V.

Partner: wir pflegen NRW
NAKOS – Nationale Kontakt- und Informationsstelle Selbsthilfe
Institut für Teilhabeforschung, Katholische Hochschule NRW

Laufzeit 3 Jahre (2018-2020)

Umsetzung: Standort Berlin: Projektleiter/in (75%)
Standort NRW: Projektmitarbeiter/in (100%)
2 x geringfügig Beschäftigte (Mini-Jobber)

Steuergruppe: 2 x Bundesvorstand; 2 x NRW Vorstand; 1 x NAKOS

Beirat: Mitglieder des Beirates aus Bund und NRW