Die Arbeit der Pflegeselbsthilfe-Kontaktstellen

(nach § 45d SGB XI i.V.m. § 22 Sächsische Pflegeunterstützungsverordnung vom 25.11.2021)

Stand: 12. Februar 2026

Die familiäre Pflegeaufgabe kann zu einer Herausforderung werden, die nicht selten mit physischen und psychischen Belastungen sowie sozialem Rückzug für den pflegenden Angehörigen einhergeht. Umso wichtiger ist es, wenn Pflegende Entlastung durch den Austausch mit Gleichgesinnten erfahren. Die Sensibilisierung und Gewinnung pflegender Angehöriger[1] für eine Aktivität in der gemeinschaftlichen Selbsthilfe nimmt daher einen bedeutenden Stellenwert ein. Sie bedarf jedoch aufgrund der besonderen Rahmenbedingungen der familiären Pflege (zum Beispiel Organisation einer Betreuung des Angehörigen für die Zeit der Teilnahme an der Gruppe, kaum zeitliche Kapazitäten) einer stärkeren Unterstützung und Ansprache. Hier setzt die Arbeit der Pflegeselbsthilfe- Kontaktstellen an.

Pflegeselbsthilfe-Kontaktstellen sind auf örtlicher oder regionaler Ebene angesiedelte professionelle Beratungseinrichtungen, die mit hauptamtlichen Personal Dienstleistungen zur methodischen Anleitung, Unterstützung und Stabilisierung von Selbsthilfegruppen anbieten und diese aktiv bei der Gruppengründung oder in schwierigen Situationen durch infrastrukturelle Hilfen (Räume, Beratung oder supervisorische Begleitung) unterstützen.

Anbieter von Pflegeselbsthilfe-Kontaktstellen können insbesondere jene sein, die bereits als Selbsthilfekontaktstellen pauschal über die kassenartenübergreifende Gemeinschaftsförderung (§ 20h SGB V) auf Landesebene gefördert werden. Darüber hinaus kommen Anbieter der Altenhilfe in Frage, die Menschen mit Unterstützungsbedarf betreuen, entlasten, beraten, vernetzen oder Personen schulen, die diese Zielgruppen unterstützen (zum Beispiel Nachbarschaftshelferkontaktstellen). Dadurch sollen Synergieeffekte genutzt und nach geringer Anlaufzeit die Aufgaben im Bereich der Pflegeselbsthilfe umgesetzt werden können.

Die Leitung sowie die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einer Pflegeselbsthilfe-Kontaktstelle sollen über einen geeigneten fachlichen Abschluss und Berufserfahrung im Pflege-, Sozial- oder Verwaltungsbereich verfügen.

Der Freistaat Sachsen fördert anteilig die Arbeit der Pflegeselbsthilfe-Kontaktstellen (nach § 45d SGB XI i.V.m. § 22 Sächsische Pflegeunterstützungsverordnung vom 25.11.2021).

Aufgaben

Die Aufgaben der Pflegeselbsthilfe-Kontaktstellen sind als verbindliche Fördervoraussetzungen anzusehen. Die einzelnen Fördervoraussetzungen sind im § 22 SächsPflUVO geregelt.

Unterstützung und Begleitung der Gruppenarbeit

Die interessierten und aktiven Gruppenmitglieder der Selbsthilfegruppen werden durch die Pflegeselbsthilfe-Kontaktstelle in allen Fragestellungen zur Gruppenarbeit von Beginn an unterstützt und begleitet, bspw. im Zusammenhang mit der Gründung, der Moderation, der Raumsuche oder bei Finanzierungsfragen. Durch die Arbeit der Pflegeselbsthilfe- Kontaktstellen sollen die Selbsthilfeaktivitäten pflegender Angehöriger stabilisiert und damit möglichst auf Dauer angelegt werden.

[1] Pflegende Angehörige im Sinne der SächsPflUVO sind alle Personen, die bei mindestens einer pflegebedürftigen Person regelmäßig und nicht erwerbsmäßig Unterstützungs- und Pflegeleistungen übernehmen. Umfasst sein können demnach neben Familienmitgliedern auch Freunde und Bekannte.

Darüber hinaus erfasst die Pflegeselbsthilfe-Kontaktstelle die örtlichen Selbsthilfegruppen, die geplanten Gruppengründungen bzw. die Interessentenwünsche und macht diese bekannt (siehe auch Punkt „Öffentlichkeitsarbeit“).

Information und Beratung

Zu den Aufgaben einer Pflegeselbsthilfe-Kontaktstelle zählen neben der Information und Beratung zu dem Thema der gemeinschaftlichen Pflegeselbsthilfe auch eine unverbindliche Erstinformation sowie ggf. ein weiterführendes Beratungsgespräch. Das persönliche Gespräch hat vor allem bei dieser Zielgruppe oftmals auch eine Entlastungsfunktion. Angehörige sind im Erstkontakt ggf. nicht immer nur auf der Suche nach einer Selbsthilfegruppe, sondern auch nach weiterführenden Beratungs- und Unterstützungsangeboten. Die Pflegeselbsthilfe-Kontaktstelle erfüllt hier eine wichtige Vermittlungsfunktion. Die Beratung ist dabei als eine auf den Einzelfall abgestimmte, personalisierte und strukturierte Information zu verstehen, die von einer Pflegeberatung abzugrenzen ist. Die Pflegeberatung liegt allein im Zuständigkeitsbereich der Pflegekassen und zählt daher nicht zum Aufgabenbereich einer Pflegeselbsthilfe-Kontaktstelle.

Öffentlichkeitsarbeit

Pflegende Angehörige sind als Zielgruppe für Entlastungs- und Unterstützungsangebote nur schwer erreichbar. Die Schaffung und Nutzung niedrigschwelliger und ggf. neuer Zugangswege bedürfen im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit einer besonderen Aufmerksamkeit. Des Weiteren zählen dazu Maßnahmen zur Bekanntmachung der Pflegeselbsthilfeaktivitäten (unter anderem Flyer, Internetseite, Teilnahme an Veranstaltungen, Aushänge, Artikel in der Lokalpresse). Die Gestaltung eigener Werbematerialien ist hierfür nicht zwingend notwendig. Die erforderlichen Flyer können in angemessenem Umfang bei der Fachservicestelle für Alltagsbegleitung, Nachbarschaftshilfe, anerkannte Angebote zur Unterstützung im Alltag und pflegende Angehörige abgefordert werden. Eine Veröffentlichung aller Pflege-Selbsthilfe-Kontaktstellen wird künftig über das PflegeNetz Sachsen und die Pflegedatenbank erfolgen.

Netzwerkarbeit

Ziel ist es, ein lokales Netzwerk aufzubauen. Die Fachservicestelle für Alltagsbegleitung, Nachbarschaftshilfe, anerkannte Angebote zur Unterstützung im Alltag und pflegende Angehörige ist ein wesentlicher Netzwerkpartner. Unterstützung bei auftretenden Fragestellungen und das Bündeln von Problemstellungen ist eine der Aufgaben der Fachservicestelle. Weitere wichtige Ansprechpartner sind die Landeskontaktstelle für Selbsthilfe (LAKOS), Pflegekoordinatoren, Pflegekassen, Pflegeberater, Kommunen, Ärzte, Seniorenbüros, Landesinitiative Demenz (...). Weiterhin kann unter den Punkt Netzwerkarbeit auch die Gewinnung neuer Mitglieder für die Selbsthilfegruppen verstanden werden.

Austausch und Vernetzung der Selbsthilfegruppen

Durch die Schaffung von regelmäßigen Austauschmöglichkeiten der Selbsthilfegruppen untereinander sollen die Gruppenmitglieder von den Erfahrungen aller profitieren. Problemstellungen können so gruppenübergreifend diskutiert und einer Lösung zugeführt werden.

Erreichbarkeit / Öffnungszeiten

Es wird empfohlen, an mindestens 2 Wochentagen für insgesamt mindestens 8 Stunden die Erreichbarkeit der Pflegeselbsthilfe-Kontaktstelle sicherzustellen. Die Erreichbarkeit ist für den persönlichen Besuch, per Telefon und E-Mail zu ermöglichen.

Empfohlene Aufgaben

Regelmäßige Arbeitstreffen

Zur Sicherstellung einer einheitlichen Arbeitsweise und eines geordneten Informationstransfers wird die Teilnahme an regelmäßig stattfindenden Arbeitstreffen empfohlen. Diese finden unter Leitung der Fachservicestelle statt. Das Sächsisches Staatsministerium für Soziales, Gesundheit und Gesellschaftlichen Zusammenhalt wird bei Bedarf hinzugezogen.

Unterstützung bei Organisation der häuslichen Betreuung

Eine entscheidende Voraussetzung für die Teilnahme an der Selbsthilfegruppe ist die Sicherstellung der häuslichen Betreuung des Pflegebedürftigen. Eine Unterstützung der Pflegeselbsthilfe-Kontaktstelle bei deren Organisation (z.B. durch Kooperationen, Netzwerkarbeit mit Nachbarschaftshelferkontaktstellen, Ehrenamtlichen, Begleit- und Betreuungsdiensten) kann den Zugang zur Selbsthilfeaktivität pflegender Angehöriger deutlich erleichtern.

Organisation von Veranstaltungen

Regelmäßig stattfindende Veranstaltungen zum Austausch aktueller Themen sind von allgemeinem Interesse und sollten durch die Pflegeselbsthilfe-Kontaktstelle organisiert werden. Hierzu können auch Fachreferenten hinzugezogen werden.

Die Pflegeselbsthilfe-Kontaktstelle:

- arbeitet in der Regel als örtlich oder regional ausgerichtete Beratungseinrichtung,
- arbeitet mit hauptamtlichem Fachpersonal,
- wird anteilig durch die öffentliche Hand gefördert,
- weist eine regelmäßige Erreichbarkeit und Öffnungs-/Sprechzeiten (eigene Website und E-Mail-Adresse) nach,
- erfasst die örtlichen Selbsthilfegruppen, die geplanten Gruppengründungen bzw. die Interessentenwünsche und macht diese bekannt,
- unterstützt Selbsthilfegruppen bei der Gründung und begleitet sie in der Praxis,
- hat bei gleichzeitig bestehender Förderung nach § 20h SGB V nachzuweisen, dass Förderung für andere Zweckbestimmung erfolgt (das heißt, das sich die Aufgaben im Bereich der Selbsthilfearbeit mit pflegenden Angehörigen von denen der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe nach § 20h SGB V unterscheiden)