

PAUSENTASTE Newsletter



Einladung zum 9. Fachtag und Netzwerktreffen
im Rahmen des Projekts „Pausentaste – Wer anderen hilft, braucht manchmal selber Hilfe. Das Angebot für Kinder und Jugendliche, die sich um ihre Familie kümmern.“

Thema: Junge Erwachsene mit Pflegeverantwortung – Bedarfe und Herausforderungen der Young Adult Carer auf dem Weg ins Berufsleben

Vorwort

Liebe Mitglieder des Netzwerks,

gerne möchten wir Sie im Oktober zum diesjährigen Fachtag und Netzwerktreffen einladen! Nachdem wir in 2025 leider mit dem alljährlichen Fachtag und Netzwerktreffen pausieren mussten, freuen wir uns umso mehr, Sie in diesem Jahr wieder in den Räumlichkeiten des BMBFSFJ begrüßen zu dürfen. Wie bei den zurückliegenden Treffen möchten wir Ihnen auch in diesem Jahr die Gelegenheit bieten, miteinander ins Gespräch zu kommen und über weitere Unterstützungsmöglichkeiten für pflegende Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zu diskutieren. Das Oberthema des diesjährigen Fachtages lautet „Junge Erwachsene mit Pflegeverantwortung – Bedarfe und Herausforderungen der Young Adult Carer auf dem Weg ins Berufsleben“. Es sind spannende Fachvorträge zum Oberthema und Formate zum praxisnahen Austausch aller Netzwerkmitglieder geplant.

Die Einladung mit dem genauen Ablauf der Veranstaltung und allen wichtigen Details geht Ihnen dann Anfang September zu. Wir haben uns bewusst entschieden, den Fachtag und das Netzwerktreffen für „Pausentaste“ terminlich an die Internationale Young Carer Konferenz zu koppeln, die am 21. und 22. Oktober ebenfalls in Berlin stattfinden wird. Damit Sie Ihre Anreise nach Berlin besser planen können, sei hier schon einmal darauf hingewiesen, dass wir mit dem Fachtag am 20. Oktober erst um 13 Uhr beginnen werden. Gerne können Sie die Einladung auch an andere interessierte Initiativen weitergeben. Wir freuen uns auf Sie.

Neben Updates zu den genannten Veranstaltungen finden Sie in dieser aktuellen Ausgabe des Newsletters auch wieder einen Überblick über Neuigkeiten aus der vielfältigen Angebotslandschaft des Netzwerks der Pausentaste. Viel Freude beim Lesen.

Herzliche Grüße

Dr. Kirsten Wendland

Leiterin Referat 216 – Vereinbarkeit von Pflege und Beruf, Familienpflegezeitgesetz, Pflegezeitgesetz und Pflegerreformen im Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Fachtage und Fachveranstaltungen

Deine Stimme beim Fachtag?! Einladung zur Partizipation (ehemaliger) junger Pflegender

Kennen Sie junge Menschen, die sich um kranke Familienmitglieder kümmern oder gekümmert haben? Möchten sich diese aktiv beim Fachtag der Pausentaste am 20. Oktober in Berlin einbringen und ihre Perspektiven als Expertinnen und Experten ihrer Lebenswelt teilen? Wir möchten Betroffenen eine Stimme geben und freuen uns über Interessensbekundungen.

Aus dem Netzwerk

Bayernweiter Aktionstag für Young Carers



„Unsichtbares sichtbar machen!“ will der bayernweite Young Carers Aktionstag der An Deiner Seite-Stiftung, der am 8. Juli in Nürnberg stattfindet. Fachleute und Akteure aus dem Umfeld von Young Carers treffen hier auf junge Menschen mit Sorge- und Pflegeverantwortung und können sich untereinander vernetzen.

In WIRKshops werden Lösungen für mehr Unterstützung im Schul-, Sozial- und Pflegebereich entwickelt. Auf dem Plan stehen außerdem neue Sensibilisierung-Tools, Kampagnen aus dem Ausland, die International Young Carers Conference in Berlin und die Lesung mit einem Comedian, der mal Young Carer war.

[Infos und Anmeldung](#)

Nicht allein – Austausch für Young Carer bei der bke-Jugendberatung



Zwischen Pflege, Alltag und Schule bleibt für eigene Bedürfnisse oft zu wenig Zeit. Die bke-Onlineberatung bietet Jugendlichen jederzeit einen geschützten Raum, um über das zu sprechen, was sie beschäftigt, anonym und kostenlos. Egal, ob sie sich etwas von der Seele schreiben möchten oder konkrete Unterstützung suchen.

Manchmal hilft schon ein kurzer Austausch, um neue Kraft zu schöpfen und den nächsten Schritt zu machen. Jetzt Angebote entdecken (www.bke-beratung.de).

© bke-Onlineberatung

[Zur bke-Jugendberatung](#)

Geschwisterkinder in Zeiten von Krankheit, Tod und Trauer unterstützen



Unser Netzwerkmitglied Stephanie Witt-Loers vom Institut Dellanima hat gemeinsam mit dem Psychotherapeuten Urs Münch ein neues Buch geschrieben: „Meine Schwester Sophie“ (Hogrefe Verlag, 20 Euro) richtet sich an Kinder ab fünf Jahren.

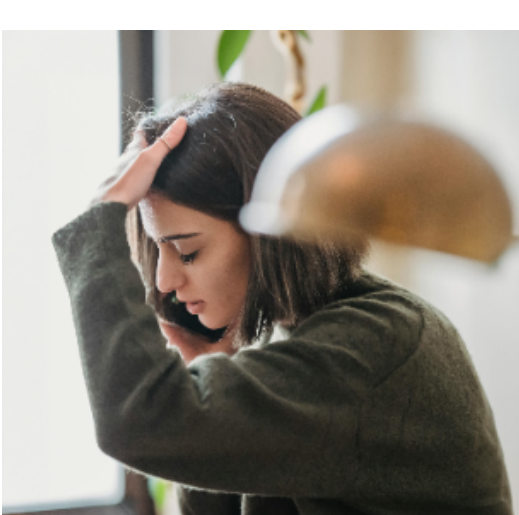
Es geht um Greta, deren Schwester schwer krank ist und stirbt. Die Geschichte zeigt, wie Krankheit und Tod eines Kindes eine Familie und ihr Umfeld verändern – denn niemand ist allein krank. Wie Kinder eine schwere Krankheit und den Tod begreifen, welche Fragen sie haben und wie sie damit umgehen, hängt von vielen Faktoren ab. Das Buch bietet einfühlsame Einblicke in das, was Geschwisterkindern dabei hilft, auch schwierige Gefühle wie Ekel, Schuld oder Erleichterung zuzulassen.

© Hogrefe Verlag/Sylvain Merot

[Interview zum Buch](#)

Impulse aus der Beratung

1.880 junge Pflegende finden 2025 bei der Nummer gegen Kummer ein offenes Ohr für ihre Themen – 131 mehr als im Vorjahr



Die Sonderauswertung 2025 von Nummer gegen Kummer e. V. zeigt, dass junge Pflegende in der Beratung emotionale Entlastung suchen und finden. Fast 1.300 intensive Gespräche mit jungen Pflegenden gab es am Kinder- und Jugendtelefon. Zudem suchten deutlich mehr Young Carer Unterstützung per Mail oder im Chat.

Die Gespräche dauerten mit 25 Minuten länger als im Durchschnitt (16 Minuten) und jungen Pflegenden wurden häufiger als im Durchschnitt weiterführende Hilfen empfohlen.

© Lisa Summer

[Mehr Informationen zur Nummer gegen Kummer](#)

Medientipps

„Y-Kollektiv – Der Podcast: Ich pflege meine Mama seit ich 13 bin: Young Carer.“

Diese Folge des jungen Doku-Podcasts der ARD erzählt in persönlichen Geschichten vom Alltag der beiden Young Carers Laura und Eva. [Hier](#) geht es zur Podcast-Folge in der ARD Audiothek.

Termine

- 22.06.–28.06.2026**
Bundesweite Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ 2026. [Hier](#) gibt es mehr Informationen.
- 26.06.–28.06.2026**
Young Carers Festival (Southampton/Großbritannien). [Hier](#) gibt es mehr Informationen.
- 08.07.2026**
Bayernweiter Aktionstag für Young Carers der An Deiner Seite-Stiftung in Nürnberg. [Hier](#) gibt es mehr Informationen.
- 20.10.2026**
Fachtag und Netzwerktreffen „Pausentaste“ in Berlin
- 21.–22.10.2026**
5. International Young Carers Conference (IYCC) in Berlin. [Hier](#) gibt es mehr Informationen.

Haben Sie weitere Termine, auf die Sie im Netzwerk hinweisen möchten oder gab es Veranstaltungen, von denen Sie berichten wollen? Wir freuen uns über einen kurzen Hinweis an netzwerk@pausentaste.de!

Materialien



Flyer, Plakate und Infokarten zum Projekt Pausentaste finden Sie [hier](#).

Materialien für (Hoch-) Schulen:

- [Schulpaket](#) – Materialien für den Unterricht der Sekundarstufe I und II
- [Unterstützungsangebot für pflegende Studierende](#) (digitales Hochschulpaket)