

Ausgabe 9



© Philipp Arnoldt

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

mit diesem Newsletter möchte ich mich Ihnen gerne vorstellen: Mein Name ist Hildegund Ernst und ich leite seit Oktober 2022 das Referat 303. Die bisherigen Aufgaben des Referats 302 – inklusive des Projekts „Pausentaste“ – sind im Juli 2023 in das Referat 303 mit dem Namen „Vereinbarkeit von Pflege und Beruf, Familienpflegezeitgesetz“ verlagert worden. An dieser Stelle möchte ich mich zunächst bei Frau Dr. Stüben bedanken, die das Projekt „Pausentaste“ ins Leben gerufen und jahrelang begleitet hat.

Ich freue mich sehr darauf, Teil dieses lebendigen Netzwerkes zu sein, das sich zum Ziel gesetzt hat, pflegende Kinder und Jugendliche zu unterstützen. Ich bedanke mich erstens für Ihre Beiträge, die auch den aktuellen Newsletter wieder bereichert haben und zweitens für Ihr tagtägliches Engagement für diese relativ unsichtbare Gruppe pflegender Angehöriger. Noch ein Hinweis in eigener Sache: Melden Sie sich gerne für unseren diesjährigen Fachtag mit dem Titel „Pflegende Kinder und Jugendliche mit Migrations- und Fluchtbiografie: Barrieren abbauen und Teilhabe ermöglichen“ an. Bis zum 18. September haben Sie noch die Möglichkeit dazu.

Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen

Ihre

Hildegund Ernst

Leiterin des Referats 303 „Vereinbarkeit von Pflege und Beruf, Familienpflegezeitgesetz“ im Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Inhalte

- **Aus dem Netzwerk**
 - [7. Fachtag am 5. Oktober wieder in Berlin](#)
 - [Beiratsmitglied von „echt unersetzlich“ berichtet](#)
- **Vorstellung von Netzwerkmitgliedern**
 - [„Kraft-Copilot“ stellt sich vor](#)
 - [„Traglinge e.V.“ möchte mit Time Out Teens etwas bewegen!](#)
 - [Der Sozialdienst der Bundeswehr](#)
- **Impulse aus der Beratung**
 - [Erhalt der psychischen Gesundheit als Thema bei „Nummer gegen Kummer“](#)
 - [Auch Jugendliche wollen gesehen werden](#)
 - [„bke-Jugendberatung“ startet virtuellen Jugendtreff](#)
- **Publikationen**
- **Termine**
- **Materialien**

Aus dem Netzwerk

7. Fachtag am 5. Oktober 2023 wieder in Berlin



© Philipp Arnoldt

Neben dem bekannten hohen Anteil an pflegenden Kindern und Jugendlichen existiert in der deutschen Gesamtbevölkerung ein hoher Anteil an Menschen mit Migrationshintergrund - darunter auch viele Kinder. Demzufolge leben auch in Familien mit Migrationsgeschichte Kinder und Jugendliche, die sich um Familienmitglieder kümmern.

Da betroffene Familien vor besonderen Herausforderungen stehen, widmet sich der diesjährige Fachtag dem Thema „Pflegende Kinder und Jugendliche mit Migrations- und Fluchtbiografie: Barrieren abbauen und Teilhabe ermöglichen“. Es erwarten Sie interessante Vorträge und Thementische sowie die persönliche Begegnung in Berlin!

Anmeldungen sind noch bis zum 18.09.2023 möglich

Beiratsmitglied von „echt unersetzlich“ berichtet über Situation als Young Carer



Quelle: echt unersetzlich

Die Arbeit von „echt unersetzlich“ – Beratungsstelle für Jugendliche mit Pflegeverantwortung – wird unterstützt durch einen Beirat an (ehemaligen) Young Carers. Luisa ist Beiratsmitglied und pflegte viele Jahre ihre MS-erkrankte Mutter.

Ihr Umfeld hatte teilweise wenig Verständnis für ihre Situation. Luisa vermisste damals vor allem emotionale Unterstützung. In einem Interview mit dem *RND Redaktionsnetzwerk Deutschland* spricht die heute 26-Jährige über ihre Situation als Young Carer. „Echt unersetzlich“ – hat ein offenes Ohr für Young Carers!

Zum Artikel

Vorstellung von Netzwerkmitgliedern

„Kraft-Copilot“ stellt sich vor



© Kraft-Copilot

Im Projekt „Kraft-Copilot“ wird eine Lern- und Netzungsplattform für junge informell pflegende Erwachsene (Young Adult Carer) gemeinsam mit der Zielgruppe entwickelt. Die Plattform regt mit spielerischen Elementen einen Prozess der Selbstreflexion an und vermittelt individuelle Unterstützungs- und Lernangebote. Eine künstliche Intelligenz schlägt dabei bedarfsgerechte Angebote vor.

Das Ziel besteht darin, die Selbstfürsorge junger informell Pflegenden zu stärken sowie eine Vernetzung zu anderen jungen Pflegenden zu initiieren, um die unterstützende Sorgegemeinschaft zu erweitern.

Zur Webseite

„Traglinge e.V.“ möchte mit Time Out Teens etwas bewegen!



Quelle: Traglinge e.V., Time Out Teens - Hürden überwinden

Über vier Wochenend-Kurstage und eine Wochenendfahrt hinweg wurde eine feste Gruppe von acht Jugendlichen zwischen 13 und 17 Jahren über einen Zeitraum von einem halben Jahr begleitet. Das, was sie miteinander verbindet: ein krankes Geschwisterkind.

Was das für die Jugendlichen bedeutet: Mehr Verantwortung als Gleichaltrige, Bedürfnisse zurückstecken, ständige Sorge und ein schlechtes Gewissen. Das alles ist in der Öffentlichkeit nur selten sichtbar. Der folgende Artikel gibt Einblicke in das Projekt.

Hier gehts zum Artikel

Der Sozialdienst der Bundeswehr



Quelle: Bundeswehr/ Jonas Weber

Für die Besonderheiten des Soldatenberufs unterhält die Bundeswehr einen eigenen Sozialdienst. Dieser berät und unterstützt mit seinen rund 300 Mitarbeitenden überall in Deutschland die Angehörigen der Bundeswehr einschließlich des Zivilpersonals und deren Familien.

Für eine regionale Zusammenarbeit stehen Ihnen die örtlichen Sozialdienste der Bundeswehr zur Verfügung, die deutschlandweite Vernetzung ist über die zuständige Bundesoberbehörde, das Bundesamt für das Personalmanagement der Bundeswehr, möglich.

Mehr Informationen

Impulse aus der Beratung

Erhalt der psychischen Gesundheit als Thema bei „Nummer gegen Kummer“

Die Auswirkungen der Pflegesituation auf die (psychische) Gesundheit können vielfältig sein. Diese kann sich sowohl körperlich (z.B. Kopfschmerzen, Hautprobleme), als auch psychisch (z.B. Konzentrationsschwierigkeiten, Antriebslosigkeit) bemerkbar machen. Es ist wichtig, dass pflegende Kinder und Jugendliche gut auf sich und ihre Gesundheit achten. Denn nur wenn es Ihnen selbst gut geht, können sie sich auch gut um andere kümmern. Die ehrenamtlichen Beraterinnen und Berater bei der „Nummer gegen Kummer“ unterstützen die Ratsuchenden daher dabei zu reflektieren, wie sie gut auf sich achten können.

Zu den Beratungsangeboten

Auch Jugendliche wollen gesehen werden



Quelle: Aufklaren

Jugendliche als Angehörige psychisch erkrankter Eltern stehen bisher wenig im Fokus von differenzierter Betrachtung. Es gibt zudem wenig Unterstützungsangebote und Präventionsmaßnahmen für sie. Doch auch wenn sie schon „die Großen“ sind, die sich lieber mit ihren Peers austauschen und in Ruhe gelassen werden wollen, darf das keine Einladung sein zu glauben: „Sie schaffen das schon“. Im Gegenteil: Sie müssen stärker in den Fokus.

Juliane Tausch, Projektleiterin von „A: aufklaren“ – Netzwerk und Expertise für Kinder psychisch erkrankter Eltern – schreibt in „Blickpunkt Jugendhilfe“, wie man die Zielgruppe unterstützen kann.

Zum Artikel

„bke-Jugendberatung“ startet virtuellen Jugendtreff



Quelle: bke-Onlineberatung

Neben weiteren Chatangeboten bietet die „bke-Jugendberatung“ ganz neu einen virtuellen Jugendtreff für ihre Userinnen und User an. Dieser lockere Treffpunkt öffnet im Rahmen eines Gruppenchats jeden Freitag seine Türen und dient als eine Art offenes Jugendhaus.

In einer entspannten Umgebung haben die jungen Nutzerinnen und Nutzer die Möglichkeit, miteinander zu plaudern, Gedanken auszutauschen und auch leichtere Themen anzusprechen. Der bke-Jugendtreff zielt darauf ab, Beziehungen zwischen Jugendlichen zu stärken und ihnen Raum für persönliches Wachstum und Austausch zu bieten.

Zum bke-Gruppenchat

Publikationen

„Laut gedacht“ mit dem Podcaster Lars Tönseuerborn – jetzt auf frnd.tv

Depression, Suizid und frühes Erwachsenwerden – In der neuen Folge „Laut gedacht“ blickt der Podcaster Lars Tönseuerborn auf seine persönlichen Berührungspunkte mit psychischen Erkrankungen zurück. Er reflektiert seine Kindheit, in der er mit einer Mutter konfrontiert war, die stark unter Depressionen und Suizidgedanken litt. Lars erzählt von seinem eigenen Kampf mit Depressionen und teilt seine Gedanken über den gesellschaftlichen Umgang mit mentaler Gesundheit. [Hier](#) kommen Sie zum Video.

Brücken in die Eigenständigkeit

Erwachsenwerden ist eine Herausforderung. Jungen Menschen in prekären Lebenslagen fehlt es dabei häufig an Unterstützung. Besonders oft betrifft das Care Leaver – junge Menschen, die in der stationären Jugendhilfe untergebracht waren. Aber beispielsweise auch wohnungslose junge Menschen sind betroffen. Darum startete das Bundesjugendministerium das neue „JUGEND STÄRKEN“-Programm. Junge Menschen bekommen hier die „Stärkhilfe“, die sie brauchen. [Hier](#) finden Sie mehr Informationen dazu.

„Keine Zeit fürs Kindsein“ – Ein Artikel über junge pflegende Angehörige in der Schweriner Volkszeitung

Die *Schweriner Volkszeitung* widmet sich in einem aktuellen Artikel den Belastungen und außerordentlichen Leistungen von den ca. 500.000 jungen Pflegenden in Deutschland. Der Artikel zeigt ebenfalls auf, wo junge Pflegende Hilfe bekommen können.

„Wie ein Mädchen sich jahrelang um den Haushalt und seine kranke Mutter kümmerte“ – Interview mit einer jungen Pflegenden in der Schweriner Volkszeitung

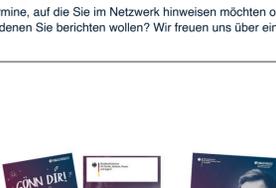
Die *Schweriner Volkszeitung* vertieft den Schwerpunkt zu jungen Pflegenden in einem Interview. Mit einer ehemals jungen Pflegenden spricht die Zeitung über die damals in sich belastende Zeit und welche Hilfestellung sie sich gewünscht hätte.

Termine

- **29.09.2023:** Deutscher Pflegeetag. [Hier](#) gibt es mehr Informationen
- **05.10.2023:** Fachtag und Netzwerktreffen „Pausentaste“. [Hier](#) geht es zur Anmeldung
- **06.10.2023:** Europäischer Tag der pflegenden Angehörigen (European Carers Day)
- **12.05.2024:** Internationaler Tag der Pflege / der Pflegenden

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!

Materialien



Allgemeine Materialien für die Öffentlichkeitsarbeit von „Pausentaste“

- **Plakat** – Motiv Mädchen
- **Plakat** – Motiv Junge
- **Flyer** – Projekt „Pausentaste“
- **Flyer** – Informationen für Studierende
- **Postkarte** – Motiv „Gönn dir!“
- **Infokarte** – Nummer gegen Kummer - Projekt „Pausentaste“ (neu)
- **Sharepic** „Graphic Novels der Pausentaste“ - Format 16:9 für Social Media/Twitter
- **Sharepic** „Graphic Novels der Pausentaste“ - Format 16:9 für Social Media/Twitter

Give Aways

Materialien für (Hoch-) Schulen

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

Materialien für die regionale Vernetzung

- **Leitfaden** zur regionalen Vernetzung