

# Kinästhetik für pflegende Angehörige

Als erste Pflegekasse hat jetzt die Barmer eine Rahmenvereinbarung geschlossen, um pflegenden Angehörigen Kinästhetik-Schulungen anbieten zu können. 400 Trainer sollen zukünftig für individuelle Bewegungsunterstützung der Pflegepersonen sorgen.

**Hamburg (nh).** Die bundesweite Rahmenvereinbarung schloss die Barmer mit der Kinaesthetics Deutschland. Die Trainer des Anbieters sollen durch individuelle Schulungen in den Haushalten dafür sorgen, dass die körperliche Überlastung der pflegenden Angehörigen reduziert wird.

„Während in den ‚normalen‘ Schulungsangeboten das medizinisch-pflegerische Basiswissen und die Möglichkeit der individuellen Bewältigung für pflegende Angehörige im Vordergrund stehen, widmet sich die spezielle Ausrichtung von Kinaesthetics der Förderung der Bewegungskompetenz der Pflegepersonen“, sagte Birgit Fischer, stellvertretende Vorstandsvorsitzende der Barmer in Hamburg.

Bisher wurden vor Vertragsabschluss Kinaesthetics-Angebote in den Städten Hamburg, Frankfurt am Main, Freiburg, Gießen, Osnabrück und Dortmund angeboten. In den nächsten beiden Jahren werden bundesweit 400 Kinaesthetics-Trainer qualifiziert. Die Schulungen sollen so



In den Schulungen lernen pflegende Angehörige, ihre Bewegungen zu analysieren und die Belastung zu reduzieren.

Foto: Barmer/Kinaesthetics

schnell wie möglich flächendeckend angeboten werden können. Die Kosten für die Schulungen der pflegenden Angehörigen und Pflegebedürftigen übernimmt die Pflegekasse für ihre Versicherten. Die Teilnehmer haben 25 Euro für die Kursunterlagen selbst zu tragen. Für den Grundkurs ist eine Struktur von sieben Lernphasen mit je drei Stunden vorgesehen. „Das Angebot richtet sich auch an Angehörige von hilfebedürftigen Personen, die noch nicht die Voraussetzungen für eine Pflegestufe erfüllen“, sagte Fischer. „Eine begleitende Evaluation wird Erkenntnisse liefern, wie die häusliche Pflege weiter verbessert werden kann.“

„Die Rahmenvereinbarung, die wir mit der Barmer Pflegekasse geschlossen haben, ist ein neuer zukunftsweisender Lösungsansatz für das Gesundheitswesen“, sagte Antriani Steegebrügge, Vorstandsvorsitzende der Kinaesthetics Deutschland. „Ein Großteil der Pflegepersonen leidet an körperlicher und psychischer Überlastung. 50 Prozent der pflegenden Angehörigen leiden an körperlichen Beschwerden wie Rücken-, Schulter- und Gelenkschmerzen. Durch Kinaesthetics lernen Menschen, die eigene Bewegung in Alltagsaktivitäten zu verstehen und zu analysieren. Diese Auseinandersetzung steigert die Bewegungskompetenz. Pflegenden Angehörige lernen in den Schulungen, die Angebote zur Unterstützung der Bewegung in allen Aktivitäten des täglichen Lebens einzusetzen.“

„Die Bedeutung der häuslichen Pflege wird in den nächsten Jahren weiter zunehmen“, sagte Birgit Fischer. „Wir wollen Familien, Verwandte und Bekannte mit professionellen Kursen dabei unterstützen, die Pflege und Betreuung in der häuslichen Umgebung zu organisieren. Und sie so davor bewahren, selbst krank zu werden.“

//

**INFORMATION**

[www.kinaesthetics.de](http://www.kinaesthetics.de)