



Dabei sein

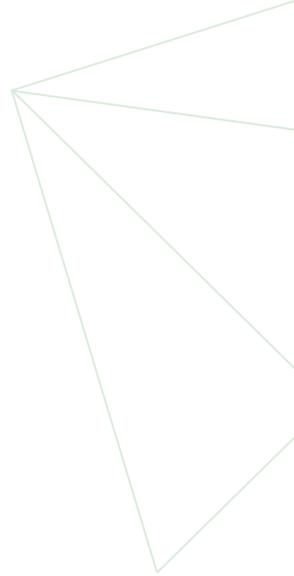
Mehr Lebensqualität und Teilhabe in
Pflegeeinrichtungen durch digitale Technik



LEBEN - PFLEGE - DIGITAL
Kompetenzzentrum Pflege 4.0

Inhalt

Grußwort	4
Über diese Broschüre und uns	6
Digitale Unterstützung: Pflege 4.0	8
Die wichtigsten Fachbegriffe	10
Digitale Unterstützung bei Pflegegrad 2	12
Digitale Unterstützung bei Pflegegrad 3	14
Digitale Unterstützung bei Pflegegrad 4	16
Digitale Unterstützung bei Pflegegrad 5	18
Finanzierungswege und Beratung	20
Kontaktdaten/Impressum	22



Grußwort

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

GRUSSWORT
ULRIKE GOTE

die Digitalisierung birgt viele Chancen für Teilhabe, Sicherheit und Selbstständigkeit pflegebedürftiger Menschen. Um das Wissen hierüber allen Interessierten zugänglich zu machen und dazu beizutragen, dass digitale Produkte Ihren Lebensalltag erleichtern, hat das Land Berlin das Kompetenzzentrum „Pflege 4.0“ aufgebaut. Es ist ein Ergebnis der Landesinitiative „Pflege 4.0 – Made in Berlin“, welche die voranschreitende Digitalisierung in der Pflege aktiv im Sinne der pflegebedürftigen Menschen, pflegenden Angehörigen und beruflich Pflegenden mitgestaltet.



Foto: Lena Giovanazzi

In dieser Broschüre hat das Kompetenzzentrum für Sie einen Überblick über digitale Möglichkeiten für verschiedene Pflegesituationen zusammengestellt. Ergänzt um Unterstützungsangebote möchten wir Ihnen das Thema so näherbringen.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre.

Ihre Ulrike Gote

*Senatorin für Wissenschaft, Gesundheit, Pflege
und Gleichstellung*

Über diese Broschüre und uns

Wir freuen uns sehr, dass Sie als Bewohnerin oder Bewohner einer Pflegeeinrichtung (bzw. als Angehörige oder Angehöriger) heute unsere Broschüre „Dabei sein“ in den Händen halten.

Nach einer Erläuterung auf den nächsten Seiten, warum wir das Thema „digitale Technik“ für so bedeutend halten, folgen Erklärungen zu den wichtigsten Fachbegriffen. Anschließend stellen wir anhand der Pflegegrade Anwendungsbeispiele vor. Auf die Darstellung von Unterstützungsmöglichkeiten bei Pflegegrad 1 haben wir verzichtet, da die Bewohnerinnen und Bewohner von Pflegeheimen zumeist höhere Pflegegrade haben. Abschließend finden Sie Informationen rund um Finanzierung und Beratung.

Wichtig:
Persönliche Kontakte und
Pflege sollen durch Technik
nicht ersetzt, sondern
ergänzt, unterstützt und
erleichtert werden!

Zu uns: Wir sind LEBEN - PFLEGE - DIGITAL,
das Berliner Kompetenzzentrum Pflege 4.0.



Unser Ziel ist, dass bald alle die
Unterstützungsmöglichkeiten digitaler Technik
in der Pflege kennen und, wenn sie wollen, für
sich nutzen können.

Entstanden sind wir aus der Initiative
„Pflege 4.0 – Made in Berlin“. Die ehemalige
Pflegesenatorin Dilek Kalayci hat diese Initiative
2018 ins Leben gerufen, um Digitalisierung
in der Pflege in Berlin zu fördern. Finanziert
werden wir von der Berliner Senatsverwaltung
für Wissenschaft, Gesundheit, Pflege
und Gleichstellung (SenWGPG) und dem
Paritätischen Wohlfahrtsverband Berlin.
Es ist unsere Aufgabe, Informationen zu
digitaler Technik in der Pflege zu sammeln
und sie verständlich an alle Interessierten
weiterzugeben. Dabei informieren wir neutral
und ohne finanzielles Eigeninteresse.



Digitale Unterstützung: Pflege 4.0

Vielleicht stellen Sie sich die Frage, warum wir Ihnen „digitale Unterstützung“ überhaupt vorstellen wollen. Unsere Antwort: Wir Menschen sind soziale Wesen.

Das Miteinander, der Austausch untereinander und das Verbundensein wirken auf uns wie ein Lebenselixier. Außerdem möchten wir uns in unserem Wohnumfeld sicher und gut aufgehoben fühlen.

Wo und wann immer möglich, möchten wir uns selbstbestimmt frei bewegen können. Und zwar unabhängig davon, ob wir im eigenen Zuhause oder in einer Pflegeeinrichtung leben. Digitale Technik kann uns dabei und in vielen weiteren Punkten unterstützen.



WICHTIG IST UNS NOCH FOLGENDES

Nicht wenige Menschen haben Bedenken, sich neuer Technik zuzuwenden. Sätze wie „Da bin ich zu alt für“ oder „Das verstehe ich sowieso nicht“ oder „Das hat früher alles mein Mann oder meine Frau gemacht“ hört man immer wieder. Aber Bangemachen gilt nicht! Klar, neue Technik muss man sich tatsächlich ein wenig erobern – aber es lohnt sich!

Die wichtigsten Fachbegriffe

Bevor wir Ihnen konkrete Produkte zeigen, hier nun im Überblick die wichtigsten Begriffe:



INTERNET

Weltweites Netzwerk von Computern, über das sekundenschnell Informationen geteilt und abgerufen werden können.



DIGITALISIERUNG

Umwandlung von Informationen in ein Format, das Computer verstehen und bearbeiten können. Dieses Format nennt man dann „digital“.



TABLET

Ein flacher Computer in Buchgröße, der mit Berührung der Finger gesteuert wird. Ein Tablet kann mit dem Internet verbunden werden.



Kleines Computer-Programm, für eine ganz bestimmte Aufgabe. Eine App kann z. B. genutzt werden, um mit Freunden und Verwandten per Video zu sprechen. Apps können auf einem Computer, einem Tablet oder einem Smartphone installiert werden. Bekannte Apps sind z. B. Skype oder WhatsApp.



Elektronische „Fühler“, die etwas messen (z. B. Bewegung oder Temperatur) und diese Information digital an einen Computer weiterleiten.



Digitale Unterstützung bei Pflegegrad 2

IRMA SCHULZ,
81 JAHRE

Irma Schulz hat vor zwei Jahren einen Schlaganfall erlitten. Das hat Auswirkungen auf ihr Gehvermögen und die Bewältigung von Alltagssituation mit sich gebracht. So fallen ihr Tätigkeiten wie beispielsweise Wäsche einzuräumen oder die Teilhabe an Aktivitäten zunehmend schwer. Frau Schulz benötigt außerhalb des Heims einen Rollator, um mobil zu bleiben.



Irma Schulz wohnt gerne in ihrer Pflegeeinrichtung. Sie wünscht sich jedoch noch mehr Möglichkeiten, um am Heimleben teilnehmen und den Kontakt zu ihrer Familie und ihrem Freundeskreis aufrecht halten zu können.



Ganganalyse-App (Stürze verhindern)

Über eine App auf dem Smartphone kann eine professionelle Ganganalyse vorgenommen und das persönliche Sturzrisiko ermittelt werden. Ihr Physiotherapeut kann dank dieser Informationen Frau Schulz besser trainieren. Zusätzlich nutzt sie Videospiele, um motorisch fit zu bleiben. Frau Schulz fühlt sich nun zunehmend wieder sicherer auf den Beinen.

Seniorentablet (Teilhabe)

Tablets bieten einen direkten Zugang zu Angehörigen und Freunden. Mithilfe des Tablets kann Frau Schulz Nachrichten versenden, mit ihrer Tochter per Videotelefonie sprechen oder verschiedene Spiele nutzen. Das geht schnell und macht Spaß. In Kontakt zu bleiben, ist wichtig für die Lebensqualität.

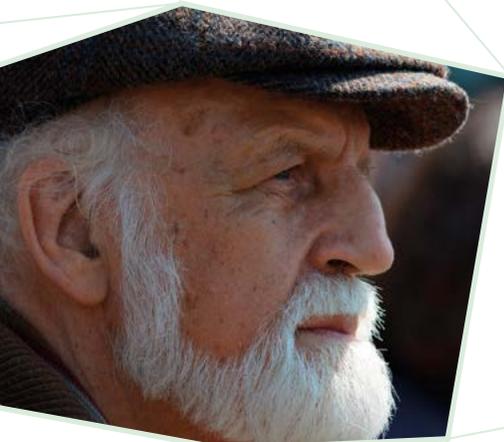
**MÖGLICHKEITEN,
FRAU SCHULZ
IN IHREM
ALLTAG ZU
UNTERSTÜTZEN**



Digitale Unterstützung bei Pflegegrad 3

IGOR HORVAT,
78 JAHRE

Herr Horvat leidet seit Jahren an Multipler Sklerose (MS). Er ist schon längere Zeit auf einen Rollstuhl angewiesen. Er kann nicht mehr selbstständig wohnen. Besonders die Einschränkungen in der Motorik und die zunehmende psychische Belastung aufgrund des Fatigue-Syndroms (Erschöpfung/ Müdigkeit) beeinträchtigen Herrn Horvat sehr.



Igor Horvat wohnt noch nicht lange in der Pflegeeinrichtung. Er wünscht sich eine Verbesserung seiner Motorik. Er will einen Weg finden, mit dem Müdigkeitssyndrom besser umgehen zu können.



Trainingsprogramm (Motorik)

Die Muskulatur zu trainieren, ist für Menschen mit MS oft ein zentraler Bestandteil des Alltags. Hierbei wird neben Gang und Feinmotorik z. B. auch die Atemmuskulatur gekräftigt. Verschiedene Trainingsprogramme auf einem Tablet können unterstützend wirken und Abwechslung bieten.

Online-Therapie (Gesundheits-Apps)

Spezielle Gesundheits-Apps können mit Entspannungs- und Aktivierungsübungen helfen, besser mit psychischen Belastungen umzugehen. Ein Tablet ermöglicht sowohl das Online-Training wie auch die Nutzung der Gesundheits-Apps.

**MÖGLICHKEITEN,
HERRN HORVAT
IN SEINEM
ALLTAG ZU
UNTERSTÜTZEN**

Digitale Unterstützung bei Pflegegrad 4

ERICH MÜLLER,
87 JAHRE

Herr Müller ist seit Jahren an einer Parkinson-Demenz erkrankt. Seine Einschränkungen betreffen die Motorik (erhöhte Sturzgefahr) und zeigen sich in einer zunehmenden Weglauftendenz. Herr Müller leidet an einer Abnahme seines Erinnerungsvermögens. Oft erkennt er seine Angehörigen und Bekannten nicht mehr.

Herr Müller bekommt regelmäßig Besuch von seiner Ehefrau. Sie fördert seine Erinnerungen mit vertrauten Bildern, Musik und einfachen

Spiele. Das beruhigt ihn und gibt ihm Sicherheit.

Dennoch sorgt sich die Ehefrau um seine Sicherheit.





Seniorentablet (Erinnerungstraining)

Mithilfe seines Tablets kann Herr Müller Spiele spielen, die sein Erinnerungsvermögen trainieren. Auch findet er dort ganz einfach Musik, die ihn erfreut, und vertraute Fotos von seiner Familie und seinem Freundeskreis.

Sensoren (Erkennen von Weglaufen)

Sensoren im Zimmer können erkennen, wenn Herr Müller das Bett verlässt. Die Pflegerinnen und Pfleger werden dann darüber informiert und können Herrn Müller begleiten. Manchmal verlässt er auch den geschützten Wohnbereich, ohne das Pflegepersonal zu informieren. Dann kann es vorkommen, dass er den Weg zurück allein nicht mehr findet. Dank eines Sensorarmbands kann das Pflegepersonal Herrn Müller finden und ihn zurück in den Wohnbereich begleiten.

**MÖGLICHKEITEN,
HERRN MÜLLER
IN SEINEM
ALLTAG ZU
UNTERSTÜTZEN**



Digitale Unterstützung bei Pflegegrad 5

MERVE YILMAZ,
92 JAHRE

Frau Yilmaz hat Krebs im fortgeschrittenen Stadium. Aufgrund der Erkrankung ist sie mittlerweile komplett bettlägerig. Sie benötigt umfangliche Unterstützung bei der Pflege und Alltagsbewältigung. Es belastet sie stark, dass sie für „kleinere Handgriffe“, wie z. B. die Nachtschlampe anschalten oder den Fernsehkanal wechseln, Hilfe benötigt.



Durch die Bettlägerigkeit leidet Frau Yilmaz zunehmend an Bewegungseinschränkungen. Deswegen kann sie elektrische Geräte, wie z. B. den Fernseher, den Lichtschalter oder den Klingelknopf zum Rufen der Pflegefachkraft nicht mehr per Hand bedienen.



Sprachsteuerung

Frau Yilmaz hat nun neben ihrem Bett ein Gerät, das sie per Sprache steuern kann. Sie sagt einfach „Licht an“ oder „Licht aus“. Sie kann auch die Heizung oder den Fernseher über Sprachbefehle steuern.

Ebenso besteht die Möglichkeit, bauliche Elemente wie z. B. Fenster mittels Sprachsteuerung zu öffnen und zu schließen oder die Rollläden nach Bedarf zu steuern.

Selbst der Notruf kann über Sprachbefehl ausgelöst werden. Auch bei schweren körperlichen Einschränkungen sorgt diese Technik für Sicherheit und ermöglicht Selbstständigkeit.

**MÖGLICHKEITEN,
FRAU YILMAZ
IN IHREM
ALLTAG ZU
UNTERSTÜTZEN**

Finanzierungswege und Beratung

Sie haben ein Produkt gefunden, das Sie interessiert, und möchten nun wissen, ob es Finanzierungsmöglichkeiten gibt? Aktuell gibt es darauf keine allgemeingültige und einfache Antwort. Aber es gibt ein paar Eckpunkte, die wir Ihnen gerne aufzeigen möchten:

In den meisten Fällen müssen Produkte tatsächlich privat angeschafft werden. Wenn Sie aber über einen anerkannten Pflegegrad verfügen – dann stehen die Chancen der Kostenübernahme durch die Pflegekasse gut, wenn das Produkt u. a. im Pflegehilfsmittelkatalog gelistet ist. Übrigens: Kosten für sogenannte digitale



Gesundheitsanwendungen (DiGA) werden bei ärztlicher Verordnung von der Krankenkasse erstattet.

Die meisten der gezeigten Produkte finden Sie übrigens problemlos in den meisten Elektrofachgeschäften bzw. Baumärkten.

Zur Abklärung des konkreten Vorgehens in Ihrem individuellen Fall empfehlen wir Ihnen, sich zunächst mit der Sozialberatung in Ihrem Hause in Verbindung zu setzen.

Weitere Informationen zu Finanzierungswegen, Produkten und Beratungsmöglichkeiten finden Sie zudem auf der > [Website von LEBEN - PFLEGE - DIGITAL](#).

Kontakt Daten/ Impressum

Welche Erfahrungen haben Sie schon mit Pflege 4.0 gemacht? Wo sehen Sie Risiken, wo sehen Sie Chancen?

Wir laden Sie ein, mit uns in Kontakt zu treten. Rufen Sie uns einfach an oder schreiben Sie uns!



LEBEN - PFLEGE - DIGITAL
Kompetenzzentrum Pflege 4.0

LEBEN - PFLEGE - DIGITAL

Kompetenzzentrum Pflege 4.0

Ernst-Reuter-Platz 7, Sekretariat TEL 14
10587 Berlin



Web > www.lebenpflegedigital.de

Mail > info@lebenpflegedigital.de

Tel. +49 (0) 30 / 314-740 55

Das Vorhaben „LEBEN – PFLEGE – DIGITAL, Kompetenzzentrum Pflege 4.0“ wird aus Mitteln der Berliner Senatsverwaltung für Wissenschaft, Gesundheit, Pflege und Gleichstellung im Rahmen der Initiative „Pflege 4.0 – Made in Berlin“ und vom Paritätischen Wohlfahrtsverband Berlin gefördert.

Senatsverwaltung
für Wissenschaft, Gesundheit,
Pflege und Gleichstellung

BERLIN



DER PARITÄTISCHE
BERLIN

 **DAI-Labor**
TU Berlin



An dieser Stelle danken wir der BAGSO für ihre Unterstützung:

**BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft
der Seniorenorganisationen e. V.**
Noeggerathstraße 49
53111 Bonn

