

## **Studienteilnehmer gesucht:**

### **Neues Angebot der AOK Bayern für pflegende Angehörige**

Einen pflegebedürftigen Menschen zu versorgen, ist eine schwierige Aufgabe. Ohne Hilfe von außen ist das oft nicht zu meistern. Die AOK in Cham bietet jetzt im Rahmen einer Studie Beratung und telefonische Unterstützung für pflegende Angehörige, kurz BerTA, an. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer bekommen regelmäßig Informationen zu wichtigen Pflege Themen. „Zudem hat jeder Teilnehmer die Möglichkeit, eine erweiterte Pflegeberatung zu erhalten, die die eigenen Bedürfnisse stärker als bisher berücksichtigt“, so Dagmar Kneip Pflegeberater/in in Cham. Im Mittelpunkt steht dabei das persönliche Wohlbefinden des pflegenden Angehörigen. Wer neben dieser Pflegeberatung weitere Hilfe benötigt, kann sechs Monate lang telefonische Begleitung erhalten. „Aktuelle Projektergebnisse zeigen, dass Angehörige leichter mit möglichen Belastungen im Pflegealltag umgehen können, wenn sie schwierige Pflegesituationen mit qualifizierten Psychologen besprechen können“, so Dagmar Kneip. Ein weiteres Ziel von BerTA ist, auch längerfristig die Pflege des Angehörigen in den eigenen vier Wänden zu ermöglichen.

Das Unterstützungsprogramm BerTA ist kostenfrei, die Teilnehmerzahl begrenzt. Wer das Programm in Anspruch nehmen möchte, sollte bestimmte Voraussetzungen erfüllen. Der pflegende Angehörige und die Person, die gepflegt wird, sind beide bei der AOK Bayern versichert. Der pflegende Angehörige ist mindestens 18 Jahre alt und pflegt zu Hause eine Person ab 60 Jahre mit Pflegegrad 1-5. Darüber hinaus umfassen Pflege und Betreuung durchschnittlich über 10,5 Stunden pro Woche.

Wer sich für eine Teilnahme interessiert oder weitere Fragen dazu hat, kann sich an die AOK Bayern wenden unter der Rufnummer 089 / 627 30 643 oder per E-Mail an [berta@by.aok.de](mailto:berta@by.aok.de).