



# Informationen zum Projekt „Pausentaste“

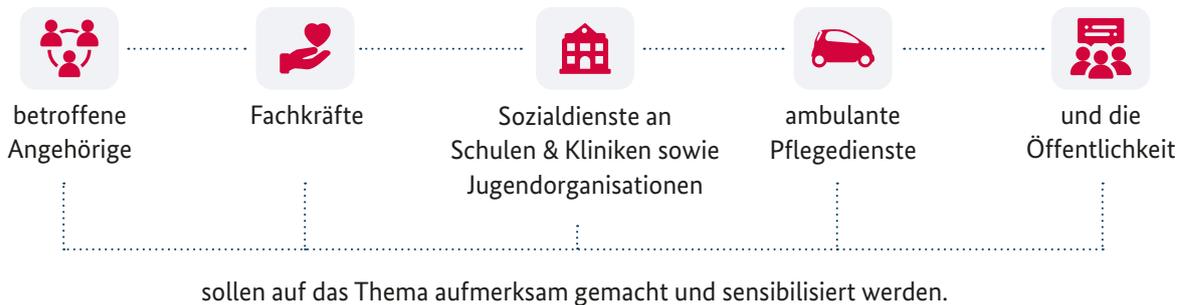
Um Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die eine Angehörige oder einen Angehörigen pflegen, Hilfe und Unterstützung zu bieten, initiierte das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) in Kooperation mit „Nummer gegen Kummer e.V.“ 2018 das bundesweite Projekt **„Pausentaste – Wer anderen hilft, braucht manchmal selber Hilfe. Das Angebot für Kinder und Jugendliche, die sich um ihre Familie kümmern.“**

Das Angebot richtet sich  
in erster Linie an pflegende:



- Kinder
- Jugendliche und
- junge Erwachsene

Aber auch



Auf **pausentaste.de** gibt es Berichte, Interviews, Linktipps und eine Datenbank für die Suche nach Unterstützungsmöglichkeiten, sowie Materialien zum Download. Ziel ist es, pflegenden Kindern und Jugendlichen zu helfen, Überlastungen abzubauen und Isolationen aufzulösen.



Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene können über die Webseite zum Beratungsangebot der „Nummer gegen Kummer“ gelangen, das neben einer Telefonberatung auch Beratung per Mail oder im Chat beinhaltet. Angehörige können sich telefonisch am Elterntelefon beraten lassen. Über die Beratung sollen die Ratsuchenden die Möglichkeit erhalten über ihre Situation zu sprechen. Darüber hinaus erhalten sie bei Bedarf Informationen zu weiteren Hilfsangeboten. Die ehrenamtlichen Beratenden werden zur Thematik geschult und kennen die Herausforderungen, die eine Pflegesituation mit sich bringt. Neben der Beratung unterstützt der Verein in der Projektarbeit, bspw. in der Öffentlichkeits- oder der Netzwerkarbeit.

Neben der Webseite hat sich ein Netzwerk unterschiedlicher Akteurinnen und Akteure etabliert, das sich jährlich zum Austausch trifft und über regelmäßige Newsletter des BMFSFJ zu neuen Entwicklungen informiert wird.

