



Schritt für Schritt zur häuslichen Pflege

- Was sollten Sie wissen?
- Wen können Sie fragen?
- Was müssen Sie tun?

Klare Absprachen sind immer gut!

Sie haben sich gut beraten lassen.
Und viele Informationen gesammelt.
Jetzt ist Zeit, sich mit dem Pflegebedürftigen
und den Angehörigen zusammen zu setzen.
Und zu besprechen, wie die Pflege zuhause
aussehen soll.

Machen Sie nicht alles alleine!

Organisieren Sie die Pflege so, dass jeder
mithilft: Familie, Nachbarn und Freunde.
Auch der Hausarzt ist wichtig.

Es gibt viele Möglichkeiten, einen Angehörigen
zu pflegen. Informieren Sie sich frühzeitig.
Und nehmen Sie Hilfsangebote in Anspruch.

Achten Sie auch auf sich selbst!

Und sorgen Sie dafür, dass es Ihnen gut geht.

Die Pflege eines Angehörigen kann körperlich
und seelisch sehr anstrengend sein.
Holen Sie sich Hilfe, wenn Sie das Gefühl
haben, Sie können nicht mehr.



Nutzen Sie die Hilfsmöglichkeiten!

Lassen Sie sich beraten! Die Pflegestützpunkte vor Ort, die Pflegedienste und Ihre
Pflegekasse informieren Sie über die Leistungen der Pflegeversicherung:

- **Pflegegeld**
- **Pflegesachleistung** (durch ambulante Pflegedienste zu Hause oder in der
Wohngemeinschaft)
- **Kombination von Geld- und Sachleistung**
- **Pflegekurse**
- **Persönliche Pflegeberatung zu Hause**
- **Pflegehilfsmittel** (z. B. Inkontinenz-Material)
- **Leistungen für Menschen mit besonderem Betreuungsbedarf**
(insbesondere Gruppenbetreuung und Besuchsdienste für Menschen mit Demenz,
mit einer psychischen Erkrankung oder einer geistigen Behinderung)
- **pflegebegleitende Selbsthilfeangebote und ehrenamtliche Dienste**
- **Technische Hilfsmittel** (z. B. Badewannenlifter, Rollator, Rollstuhl, Pflegebett,
Hausnotrufgerät)
- **Anpassung der Wohnung** (z. B. Entfernung von Türschwellen, Umbau des Bades,
Verbreiterung der Türen)
- **Verhinderungspflege oder Ersatzpflege** (z. B. wenn die Pflegeperson mal nicht kann)
- **Tagespflege / Nachtpflege**
- **Kurzzeitpflege**
- **Vollstationäre Pflege** (z. B. für eine bestimmte Zeit in einem Pflegeheim)

Dazu gibt es noch andere Hilfsmöglichkeiten, wie z. B. **Haushaltsdienste** (für Arbeiten im
Haushalt), **Mobilitätshilfedienste** (wenn der Pflegebedürftige für Wege außerhalb der
Wohnung eine Begleitperson braucht) und **Essen auf Rädern**.

Besorgen Sie sich die kostenlose Broschüre „Was ist, wenn ...? – 22 Fragen zum Thema
Häusliche Pflege“. Die Broschüre und weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrem
Pflegestützpunkt vor Ort.



Schritt für Schritt zur häuslichen Pflege

So lange wie möglich zu Hause bleiben!

Das wünschen sich die meisten älteren und pflegebedürftigen Menschen. Und ihre Angehörigen möchten diesen Wunsch gerne erfüllen.

Wenn jemand pflegebedürftig wird, ändert sich vieles. Im Leben des Pflegebedürftigen und im Leben seiner Familie. Die Angehörigen müssen neue Verantwortlichkeiten übernehmen, neue Fertigkeiten lernen und Entscheidungen treffen. Der Alltag verändert sich für alle Beteiligten.

Was Sie in jedem Fall brauchen, sind ausführliche Information und Beratung!

Die folgende Check-Liste zeigt Ihnen,

- was Sie tun müssen,
- wen Sie fragen können und
- wonach Sie fragen müssen.

Je besser Sie Bescheid wissen, umso besser können Sie den Pflegealltag und Ihren eigenen Alltag organisieren.

Berufstätige können sich bis zu 10 Tage von der Arbeit freistellen lassen, um alles Nötige für die Pflege in die Wege zu leiten.

Was ist zu tun im „Fall des Falles“?

Keine Angst! Sie brauchen nicht alles auf einmal zu tun. Gehen Sie Schritt für Schritt und in Ruhe vor.

- 1. Wenn Sie berufstätig sind: Beim Arbeitgeber die Freistellung für 10 Tage beantragen.**
- 2. Kontakt zum Pflegestützpunkt aufnehmen; wenn der Pflegebedürftige im Krankenhaus liegt: Kontakt zum Krankenhaus-Sozialdienst aufnehmen.**
- 3. Bei der Pflegekasse die Einstufung in eine Pflegestufe beantragen.**
Das Datum des Antrags ist wichtig für den Beginn der Leistung.
Das Antrags-Formular können Sie telefonisch bei der Pflegekasse bestellen.
- 4. Wenn nötig, Antrag beim Sozialamt stellen.** Man kann den Antrag auch schon vorsorglich und per Telefon stellen. Wichtig für den Beginn der Leistungen ist der Tag, an dem das Sozialamt vom Hilfebedarf erfährt.
- 5. Die Begutachtung durch den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) vor- und nachbereiten.** Pfl egetagebuch führen (Vordrucke gibts bei der Pflegekasse und der Verbraucherzentrale). Beschreiben Sie alles, wie es ist. Nach der Einstufung in eine Pflegestufe können Sie sich das Pflegegutachten schicken lassen und alles prüfen.
- 6. Kostenlos einen Pflegekurs besuchen.** Pflegekassen und Pflegedienste bieten Pflegekurse an. Schulungen zu Hause sind auch möglich.
- 7. Prüfen, ob der Pflegebedürftige einen Schwerbehindertenausweis bekommen kann.** Das KundenCenter des Versorgungsamtes, die Sozialdienste in den Krankenhäusern, die Beratungsstelle für Menschen mit Behinderung und das Bürgeramt Ihres Bezirkes helfen Ihnen gerne weiter.
- 8. Prüfen, wie Arbeit und Pfl egetätigkeit zusammen passen können.**
Mit dem Arbeitgeber sprechen. Zum Beispiel, ob Sie eine gesetzliche Pflegezeit nehmen können. Oder ob flexible Arbeitszeiten möglich sind.
Seit 2008 können Berufstätige bis zu 6 Monate Pflegezeit nehmen, wenn ihre Firma mehr als 15 Beschäftigte hat. Seit 2012 können Sie Familienpflegezeit mit Ihrem Arbeitgeber vereinbaren. Lassen Sie sich beraten!
- 9. Prüfen, ob Tagespflege oder andere entlastende Hilfen möglich sind.**
- 10. Wenn Sie unter 30 Stunden in der Woche arbeiten und gleichzeitig mindestens 14 Stunden in der Woche einen Pflegebedürftigen pflegen, müssen Sie bei der Rentenversicherung angemeldet sein.**
Antrag bei der Pflegekasse stellen. Regelmäßig prüfen, ob die 14 Pflegestunden in der Woche erreicht sind.
- 11. Mit der Agentur für Arbeit sprechen, bevor Sie Ihren Beruf aufgeben.**
Prüfen, ob eine freiwillige Weiterversicherung in der Arbeitslosenversicherung möglich ist (Die Beiträge dafür müssen Sie komplett selbst bezahlen).
Geben Sie Ihren Beruf niemals ohne Beratung auf!
- 12. Wenn Sie Ihren Beruf aufgeben: Weiterversicherung in der Krankenkasse prüfen.** Wenn Sie nicht über Ihren Ehepartner mitversichert sein können und auch keinen Anspruch auf Arbeitslosengeld haben, freiwillig in der Krankenkasse bleiben (die Beiträge müssen Sie dann komplett selbst bezahlen).
- 13. Vorsorgevollmacht, Kontovollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung besprechen (falls gewünscht).** Lassen Sie sich beraten!

