



Was ist, wenn ...?  
24 Fragen zum Thema  
Häusliche Pflege



## Landesstelle Pflegende Angehörige NRW im Kuratorium Deutsche Altershilfe



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

### **Bestelladresse:**

Domplatz 1-3  
Dienstgebäude Geisbergweg  
48143 Münster

Telefon: (0251) 4 11 33 22

Fax: (0251) 4 11 833 22

Mail: [info@LPFA-nrw.de](mailto:info@LPFA-nrw.de)

[www.LPFA-nrw.de](http://www.LPFA-nrw.de)

gefördert von:

**Ministerium für Gesundheit,  
Emanzipation, Pflege und Alter  
des Landes Nordrhein-Westfalen**



LANDESVERBÄNDE  
DER PFLEGEKASSEN

Was ist, wenn ...?

# 24 Fragen zum Thema Häusliche Pflege

Überreicht durch:

(Stempel)



## Impressum

Herausgeber:

**Landesstelle Pflegende Angehörige NRW**

im Kuratorium Deutsche Altershilfe



Kuratorium  
Deutsche Altershilfe

Domplatz 1-3  
Dienstgebäude Geisbergweg  
48143 Münster

Telefon: 0251-4 11 33 22

Fax: 0251-41 18 33 22

Mail: [info@LPFA-nrw.de](mailto:info@LPFA-nrw.de)

Internet: [www.LPFA-nrw.de](http://www.LPFA-nrw.de)

### **Autorinnen:**

Elke Zeller (bis zur 4. Auflage),

Silke Niewohner, Antje Brandt

**Fachliche Beratung:** Barbara Eifert,

Gerlinde Strunk-Richter

**Redaktion:** Antje Brandt,

Elisabeth Uhländer-Masiak

**Gestaltung:** Heidemarie Bitzer, Köln

**Druck:** Druckerei Stelljes, Münster

Nachdruck, auch auszugsweise,  
nur mit Genehmigung des  
Herausgebers.

Münster, 8. Auflage

April 2013



© MGEPA - Torsten Stecher

In der Pflege brauchen wir dringend stärker mit- und ineinander verzahnte Strukturen und Unterstützungsangebote, damit pflegebedürftige Menschen möglichst lange in ihrer vertrauten Umgebung, ihrem Zuhause, ihrem Quartier bleiben und dort weitgehend selbstbestimmt leben können.

Dazu gehören auch transparente und umfassende Hilfen für die Angehörigen pflegebedürftiger Menschen, denn in den allermeisten Fällen sind sie es, die die Pflege und Betreuung übernehmen und damit erst ein Verbleiben zu Hause ermöglichen, und sie sind es, die sich auch bei Krankenhausaufenthalten oder im Heim weiter kümmern.

Rund eine Million Menschen, meistens Verwandte und meistens Frauen, unterstützen derzeit in Nordrhein-Westfalen andere Menschen und fühlen sich damit häufig allein gelassen und überfordert. Im gesamten Pflegegeschehen sind sie das verbindende Element. Ihre wichtige Rolle wollen wir aufwerten, ihre Bedürfnisse und Bedarfe stärker als bislang in den Mittelpunkt unserer Pflegepolitik stellen.

Angehörige sind angewiesen auf verlässliche, flexible und passgenaue Unterstützung und Entlastung, und zwar regelmäßig, in jedem Ort des Landes und vor Ort im Quartier. Aus ihrer Perspektive zählt allein der Maßstab: Stehen Hilfeangebote zur Verfügung immer genau dann, wenn sie gebraucht werden, immer genau dort, wo sie gebraucht werden und immer genau so, wie sie gebraucht werden?

Pflegesituationen sind so komplex, dass Angehörige immer wieder vor neuen Herausforderungen stehen und neue Fragen haben. In der Broschüre „Was ist wenn...?“ werden einige der wichtigsten Fragen beantwortet, ergänzt um praktische Tipps und Ratschläge.

Ich hoffe, dass die Broschüre auch in der 8. Auflage eine gute Orientierung für Angehörige ist, wenn sie vor neuen Situationen im Pflegealltag stehen oder grundsätzlich darüber entscheiden, die Verantwortung für eine Pflege zu übernehmen.

Barbara Steffens  
Ministerin für Gesundheit,  
Emanzipation, Pflege und Alter  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Was ist wenn ...?

Täglich erreichen uns viele Fragen über unser Service-Telefon, per Brief oder Mail, von denen wir die häufigsten in dieser Broschüre aufgegriffen haben. Diese Fragen zeigen uns, wie groß der Informationsbedarf ist. Pflegende Angehörige wollen wissen, wie Pflege organisiert und finanziert werden kann, welche Leistungen der Pflegeversicherung ihnen zustehen und welche Beratungs- und Entlastungsangebote vor Ort existieren. Dieses Wissen schafft eine Grundlage für Pflegebedürftige und Pflegende Angehörige, ihre gemeinsame Situation besser gestalten und bewältigen zu können. Hilfe bei der Pflege eines nahestehenden Menschen wird nicht nur innerhalb des engeren Familienkreises geleistet, daher sind hier auch pflegende Nachbarn, Freunde oder ehemalige Kollegen ausdrücklich angesprochen.

Die Landesstelle Pflegende Angehörige NRW ist Ansprechstelle für Pflegebedürftige und Pflegende Angehörige. Wir informieren und beraten zu Fragen rund um die häusliche Pflege. Oft geschieht die Pflege unbemerkt im Stillen; Pflegende Angehörige bekommen wenig Anerkennung von außen und vereinsamen. Aus unserer gemeinsamen Geschichte heraus setzen wir uns auch weiterhin mit der Landesseniorenvertretung NRW für bessere Rahmenbedingungen und mehr Wertschätzung Pflegenden Angehöriger ein.

Unter dem Dach des Kuratoriums Deutsche Altershilfe e.V. führen wir die Arbeit der Landesstelle in bewährter Art und Weise fort. In enger Zusammenarbeit mit den neuen Kolleginnen und Kollegen entwickeln wir Ideen und Konzepte, um die Situation von Pflegenden Angehörigen stetig zu verbessern.

## Einleitung

Diese Broschüre gibt Ihnen Informationen, die für Sie nicht nur im Vorfeld, sondern auch im Verlauf der Pflegesituation wichtig sein können. Auf den nächsten Seiten erfahren Sie etwas zu allgemeinen Fragen und zur Finanzierung der Pflege zu Hause. Hilfs- und Unterstützungsangebote für Pflegenden Angehörige und für Pflegebedürftige in Nordrhein-Westfalen werden aufgegriffen. Ein Umzug in ein Pflegeheim als gute Alternative wird thematisiert und auch der letzte Abschied am Ende des Lebens findet seine Berücksichtigung.

Die im Inhaltsverzeichnis aufgeführten Fragen werden der Reihe nach beantwortet. Bleiben für Sie wichtige Fragen offen, so erfragen Sie weitere Informationen bitte bei Ihrem Pflegestützpunkt/Ihrer Pflegeberatungsstelle vor Ort. Deren Adresse können Sie dem Informationsteil am Ende dieser Broschüre entnehmen. Wir wollen Sie informieren, welche Unterstützungsmöglichkeiten es grundsätzlich gibt, damit Sie die Angebote Ihrer Region nachfragen und nutzen können.

Wir wünschen uns, dass Sie innerhalb der Familie und des Freundeskreises miteinander ins Gespräch kommen, und überlegen, wie eine Pflegesituation gemeinsam gestaltet werden kann. Es ist gut zu wissen, welche Wünsche und Vorstellungen ein Angehöriger hat. Das kann schwierige Entscheidungen – vor allem am Lebensende – erleichtern (lesen Sie hierzu auch Frage 20).

Seit der ersten Auflage ist diese Broschüre fast 400.000-mal verschickt sowie mehrfach überarbeitet und erweitert worden. Wir freuen uns über die durchgängig positiven Rückmeldungen. Besonders die gute Verständlichkeit wird immer wieder deutlich hervorgehoben. Diese Reaktionen bestätigen uns darin, wie wichtig unsere Arbeit ist, und sind uns ein Ansporn, unsere Angebote weiter auszubauen.

Falls Sie Fragen oder Anmerkungen haben, rufen Sie uns unter der gebührenfreien Rufnummer 08 00-2 20 44 00 an (Montag bis Freitag von 10.00 bis 12.00 Uhr). Zu den regulären Bürozeiten können Sie uns unter der Nummer 02 51-4 11 33 22 erreichen.



Silke Niewohner  
Projektleiterin

Landesstelle Pflegende  
Angehörige NRW

Unsere Servicenummer  
ist gebührenfrei.



**08 00-2 20 44 00**

(Mo. – Fr. von 10.00 – 12.00 Uhr)

# Inhaltsverzeichnis

Seite

Zwei Beispiele .....	10
----------------------	----

## Allgemeine Fragen

1. Pflege von Angehörigen – auch ein Thema für Sie? .....	12
2. Demenzkranke leben oft in einer eigenen Welt. Wie verhalte ich mich, wenn meine Mutter an Demenz erkrankt ist? .....	16
3. Wie lange kann Mutter in ihrer Wohnung bleiben? .....	20
4. Kann ich die Pflege selbst übernehmen oder sollte ein Pflegedienst kommen? .....	24
5. Wie finde ich einen guten Pflegedienst? .....	26

## Fragen zur Pflegeversicherung und der Finanzierung der Pflege

6. Wer bezahlt die Pflege? .....	28
7. Was muss meine Mutter tun, um Pflegegeld zu erhalten? .....	30
8. Die Eingruppierung in die Pflegestufen. Welche Voraus- setzungen muss meine Mutter erfüllen? .....	32
9. Was geschieht, nachdem der Antrag auf eine Pflegeeinstufung gestellt wurde? .....	36
10. Was ist der Unterschied zwischen Pflegegeld, Pflegesach- leistung und Kombinationsleistung? .....	38
11. Welche Leistungen erhalten Menschen mit erhöhtem Betreuungsbedarf? .....	40
12. Was bietet die Pflegeversicherung für Pflegenden Angehörige? .....	44

## Unterstützung und Entlastung

13. Was sind Pflegeberatungseinsätze? .....	46
14. Meine Mutter kann sich nicht mehr richtig bewegen. Wie kann ich sie vom Bett in den Sessel setzen? Wie kann ich sie baden oder duschen? .....	48

<b>15.</b>	Kann ich die Pflege mit meinem Beruf vereinbaren? .....	50
<b>16.</b>	Was ist eigentlich Tagespflege oder Nachtpflege? .....	54
<b>17.</b>	Wer kümmert sich um meine Mutter, wenn ich selbst krank werde oder dringend Urlaub brauche? .....	56
<b>18.</b>	Gibt es stundenweise Entlastungsangebote? Wie kann ich so etwas bezahlen? .....	58
<b>19.</b>	Kann eine Haushaltshilfe (aus Osteuropa) die Betreuung meiner Mutter übernehmen? .....	60
<b>20.</b>	Was muss geschehen, wenn Mutter nicht mehr allein für sich entscheiden kann? .....	64
<b>21.</b>	Wie geht es mir mit der Pflege? Austausch mit anderen Pflegenden Angehörigen tut gut. ....	66

### **Pflegeheim als Alternative?!**

<b>22.</b>	Ein Umzug ins Heim – eine gute Alternative. Wie wird meine Mutter damit zurechtkommen? Wie komme ich damit zurecht? .....	68
<b>23.</b>	Wer bezahlt die Kosten für eine Pflegeeinrichtung, wenn die Rente nicht ausreicht? .....	70

### **Sterben zu Hause**

<b>24.</b>	Der letzte Abschied. Wird Mutter zu Hause sterben? .....	72
------------	--	----

### **Weiterführende Informationen**

<b>Adressen</b> .....	76
-----------------------	----

**Hinweis:** Wenn im Text beispielhaft ausschließlich von der „pflegebedürftigen Mutter“ gesprochen wird, so gelten die Aussagen selbstverständlich auch für pflegebedürftige Väter oder andere Verwandte wie zum Beispiel Ehepartner, Kinder, Tanten oder Onkel, aber auch Freunde und Freundinnen sowie Nachbarn. Desgleichen wird im Text von Pflegenden Angehörigen gesprochen, hier gelten die Aussagen auch für andere, nicht verwandte und nicht gewerblich tätige Pflegepersonen wie Freunde oder Nachbarn.

Besonders wichtige Hinweise sind im Text – *so wie hier gezeigt* – grün hervorgehoben. Im Anhang finden Sie ein Adressverzeichnis.

# So kann es doch nicht weitergehen

### *Wenn der Pflegebedarf schleichend entsteht*

*Marianne E. ist voll berufstätig. Seit Jahren unterstützt sie ihre mittlerweile 93-jährige Mutter mit kleinen Hilfestellungen. Sie geht mit ihr einkaufen. Sie putzt regelmäßig die Treppe und die Fenster. Die anstrengenderen Hausarbeiten wie das Wechseln der Bettwäsche erledigt sie auch. Einmal wöchentlich hilft sie ihrer Mutter beim Baden. Zunehmend bemerkt sie, dass ihre Mutter die tägliche Körperpflege vernachlässigt. Es scheint so, als könne ihre Mutter das Wasser nicht mehr richtig halten. Wenn sie ihre Mutter darauf anspricht, bestreitet diese die offensichtliche leichte Inkontinenz (Blasenschwäche). Marianne E. fragt sich, wie es mit ihrer Mutter weitergehen soll.*

### **Fachlicher Rat kann eine große Hilfe sein.**

In diesem Beispiel entwickelt sich der Unterstützungsbedarf der alten Dame eher schleichend. Frau E. hat deshalb durchaus Zeit, in Ruhe Informationen einzuholen und mit der Familie und mit Fachleuten zu besprechen, wie man gemeinsam weiter mit der Situation umgehen kann. So kann man schon frühzeitig Lösungen für vielleicht auftretende Probleme vorbereiten.

Marianne E. muss jedoch wissen, an wen sie sich wenden kann.

# Nach dem Schlaganfall ist alles anders

## *Wenn die Mutter von heute auf morgen zum Pflegefall wird*

*Die Mutter von Petra H. lebt allein. Sie ist 78 Jahre alt. Sie geht gern auf Reisen und besucht regelmäßig das Theater und Konzerte. Für das nächste Jahr hatte die Mutter der Frau H. überlegt, evtl. in eine Einrichtung des betreuten Wohnens umzuziehen. Nur zur Sicherheit, denn sie wollte ihr Leben so lange wie möglich selbstständig und selbstbestimmt führen. Und die große Wohnung wurde ihr langsam zu viel. Bei einem ihrer Besuche findet Petra H. ihre Mutter auf dem Fußboden der Diele vor. Die alte Dame kann nicht sprechen und sich kaum bewegen. Petra H. verständigt sofort den Notarzt. Ihre Mutter wird ins Krankenhaus gebracht. Dort wird ein Schlaganfall diagnostiziert. Wie soll es nun weitergehen?*

In diesem Beispiel muss Frau H. kurzfristig zusammen mit ihrer Mutter entscheiden, wie es für diese weitergehen kann und soll. Wo soll ihre Mutter in Zukunft leben? Wer wird sie unterstützen? Und was hat zu geschehen, wenn ihre Mutter nicht mehr für sich selbst entscheiden kann?

*Sie sehen: In beiden Fällen haben die Angehörigen große Sorgen und es stellen sich viele Fragen. Und diese sind letztlich in ihrem Umfang unabhängig davon, ob die Pflege ihrer Mutter plötzlich und unerwartet übernommen werden muss oder langsam immer umfangreicher wird.*



## Frage 1

# Pflege von Angehörigen – auch ein Thema für Sie?

Haben Sie sich schon einmal die Frage gestellt, ob Sie einen Angehörigen pflegen würden, wenn dieser pflegebedürftig würde? Oder fühlen Sie sich noch zu jung, um sich darüber Gedanken zu machen? War es bisher kein Thema für Sie?

Auf jeden Menschen kann die Aufgabe zukommen, die Pflege von Angehörigen zu übernehmen.

Viele Angehörige wachsen langsam in eine Pflegeaufgabe hinein. Zunächst leisten sie nur kleine Hilfen im Haushalt. Mit den Jahren wird es aber immer mehr, was an Hilfe und Pflege zu übernehmen ist. Eine Entscheidungssituation, ob Übernahme der häuslichen Pflege ja oder nein, hat es dabei nie gegeben, da die anfangs nötigen Hilfen kein Problem waren. Und niemand hat damit gerechnet, dass der Pflegebedürftige irgendwann Betreuung rund um die Uhr brauchen könnte.

Andere Angehörige müssen jedoch ganz plötzlich die Pflege eines nahestehenden Menschen übernehmen. Denn enge Verwandte können durch einen Schlaganfall überraschend und unerwartet pflegebedürftig werden. Dann müssen sich die Angehörigen von heute auf morgen auf eine neue Lebenssituation einstellen. Sie übernehmen dann zumeist selbstverständlich die Betreuung zu Hause. Obwohl sie eigentlich gar nicht wissen, wo ihnen der Kopf steht, und die Größe der neuen Aufgabe kaum überblicken. Denn so viel Neues ist zu bedenken. Manches muss sofort erledigt werden. Anderes ergibt sich erst im Laufe der Zeit.

**Angehörige können über Nacht pflegebedürftig werden.**

Gründliche Information im Vorfeld ist ein sinnvoller Weg, sich auf die Pflege vorzubereiten. Wer gut informiert ist, kann mit der veränderten Lebenssituation, die sich durch die Pflege ergibt, besser umgehen. Die nötigen Handreichungen und Verrichtungen in der häuslichen Pflege werden Sie bald routiniert erledigen. Sie lassen sich relativ schnell, vor allem bei fachlicher Anleitung, erlernen. Wie Sie diese erhalten, finden Sie in der Antwort zu Frage 4.

**Frühzeitige Information ist die beste Vorbereitung.**

Die Körperpflege als solche ist nicht immer das Problem. Die Belastungen durch die häusliche Pflege liegen zumeist nicht in einzelnen Teilaufgaben, sie liegen anderswo.

Sie müssen möglicherweise ständig verfügbar sein. Sie reagieren auf alle Befindlichkeiten Ihrer Mutter, beruhigen, streicheln und trösten. Sie versuchen, Ihr Bestes für Ihre Mutter zu geben. Und denken dennoch oft, das sei noch nicht genug. Es ist ja einerseits schön, gebraucht zu werden und etwas von dem zurückgeben zu können, was Sie von Ihrer Mutter in vergangenen Zeiten erhalten haben. Andererseits ist die ständige Bereitschaft eine große Belastung.

## Frage 1

Zum Beispiel müssen Sie bei einer evtl. Demenzerkrankung Ihrer Mutter im fortgeschrittenen Stadium mit Situationen rechnen, die Sie an Ihre Grenzen bringen werden. Und es ist im Anfangsstadium der Demenz kaum abzuschätzen, wie sich die Persönlichkeit Ihrer Mutter verändern wird. Auch Ihrer Mutter werden diese Veränderungen Angst machen. Sie kann aggressiv reagieren, auch auf Sie als Pflegeperson. Sie kann Sie beschuldigen, Geld gestohlen zu haben. Sie kann mit allem unzufrieden sein. Sie kann ständig weglaufen wollen. Weitere Informationen zum Thema Demenz finden Sie in der Antwort zu Frage 2.

### **Achten Sie auf Ihre Grenzen.**

Sie als Pflegeperson denken in solchen Grenzsituationen möglicherweise an sich selbst zuletzt. Gerade Frauen, die in der Regel die Hauptpflegepersonen sind, haben es schwer, sich aus der anerzogenen Rollenerwartung zu lösen, für andere da sein zu müssen. Eine zusätzliche Belastung kann die Vereinbarkeit von Beruf und Pflege sein. Hierzu finden Sie Informationen und Anregungen in der Antwort zu Frage 15.

Und Ihre Mutter möchte vermutlich gern immer von ein und derselben Person umsorgt werden, nämlich von Ihnen. Sie möchte niemand anderen an sich heranlassen. Das kann damit zu tun haben, dass Veränderungen des gewohnten Lebens- und Tagesablaufs ihr Angst machen. Alles Neue, was Sie Ihrer Mutter möglicherweise vorschlagen, wird deshalb oft zunächst abgelehnt. Betreuung durch fremde Personen wird genauso wie der Besuch einer Tagespflegeeinrichtung von ihr nicht akzeptiert. Denn das gewohnte Umfeld und der gewohnte Ablauf bedeuten für Ihre Mutter Sicherheit. Sie sollten trotzdem, vielleicht mit Unterstützung von Fachleuten zum Beispiel aus Angehörigenberatungsstellen, Entlastung von außen in Anspruch nehmen. Denn wenn Sie sich nicht frühzeitig helfen lassen, ist Ihre völlige Erschöpfung als Pflegenden vorprogrammiert. Denken Sie daran: Sie brauchen als Pflegeperson auch Zeit für sich. Treffen Sie weiter Ihren

Freundeskreis, tauschen Sie sich aus mit anderen Menschen. Gehen Sie so weit wie möglich Ihren Hobbys nach. Denn dabei können Sie auftanken. Suchen Sie auch Kontakt zu einem Gesprächskreis für Pflegende Angehörige. Dort finden Sie Gesprächspartner, die Ihre Situation verstehen. Sie merken dort, dass Sie mit den Sorgen und der Verzweiflung, die auf Sie zukommen können, nicht allein sind. Sie können über die Schuldgefühle reden, die Sie vielleicht haben, wenn Sie Ihre Mutter zeitweilig in andere Hände geben. Und Sie können über den Schmerz und die Trauer reden, die durch das langsame Abschiednehmen von einem geliebten Menschen zu bewältigen sind. Denn es ist besonders schmerzlich, die Persönlichkeitsveränderung eines Angehörigen miterleben zu müssen. Das geschieht zwangsläufig bei Menschen, die an Demenz erkrankt sind.

**Sprechen Sie  
über Ihre  
Gefühle.**



Viele Pflegende Angehörige geraten durch die Pflege in eine ungewollte Isolation, da sie ihre Freundschaften und Bekanntschaften kaum mehr pflegen können und psychisch ausgelaugt sind. Aber es ist auch für den Pflegebedürftigen nicht gut, wenn die Kräfte der Pflegenden so schnell aufgezehrt werden. Reden Sie doch einfach mit Ihren Freunden und Bekannten über Ihre Situation und finden Sie miteinander Möglichkeiten, Ihre sozialen Kontakte aufrechtzuerhalten. Niemand kann ohne Pause rund um die Uhr für jemand anderen da sein. Deshalb gibt es Unterstützungs- und Entlastungsmöglichkeiten für Pflegende Angehörige.

*Bedenken Sie als Pflegende: Nur solange es Ihnen selbst gut geht, wird es auch Ihrem pflegebedürftigen Angehörigen den Umständen entsprechend gut gehen. Wenn Sie sich überfordern und zusammenbrechen, hat der Pflegebedürftige nichts davon ●*



## Frage **2**

*Demenzkranke leben oft in einer eigenen Welt*

### Wie verhalte ich mich, wenn meine Mutter an Demenz erkrankt ist?

Gerade für Sie als Angehörige ist es schmerzlich zu sehen, wenn Ihre Mutter an einer Demenz erkrankt und nach und nach die Fähigkeit verliert, die Anforderungen ihres gewöhnlichen Alltags allein zu bewältigen. Unterhaltungen und Gespräche mit ihr werden zunehmend schwieriger und Ihre Mutter entwickelt auf einmal Verhaltensweisen, die Sie früher nie an ihr beobachtet haben. Sie vernachlässigt ihre Körperpflege, die Übersicht im Haushalt geht ihr mehr und mehr verloren. Ihre Stimmung unterliegt auf einmal großen Schwankungen: Manchmal ist Ihre Mutter gut gelaunt und freundlich, an anderen Tagen ist sie jedoch unsicher oder bisweilen aggressiv Ihnen gegenüber.

### **Was ist dann zu tun? Wie verhält man sich richtig?**

Vorab sollten Sie einige grundlegende Dinge über Demenzerkrankungen wissen: Demenz ist eine Erkrankung, die durch Beeinträchtigung des Gedächtnisses und des Denkvermögens sowie durch weitere Warnsignale auffällig wird. Die Erkrankung darf keineswegs mit dem normalen Alterungsprozess gleichgesetzt werden, daher sollten Sie sich im Zweifel nicht zufriedengeben mit Aussagen wie: Mit 80 Jahren ist das normal, da kann man sowieso nichts machen. Bei Verdacht auf eine Demenz muss die Diagnose immer durch einen Facharzt gestellt werden. Denn es geht nicht nur darum, ob überhaupt eine Demenz vorliegt, es gibt auch verschiedene Formen der Demenz. Eine Demenzerkrankung ist zwar nach heutigem Stand der Medizin nicht heilbar, jedoch lässt sich der Krankheitsverlauf in vielen Fällen positiv beeinflussen. Dazu muss der Arzt aber wissen, um welche Form der Demenz es sich handelt. Eine klare Diagnose wird auch Ihnen als Pflegeperson anschließend einen verständnisvolleren Umgang mit der Erkrankten ermöglichen. Denn durch eine Diagnose lassen sich manche Ihnen bisher unerklärlichen und kränkenden Verhaltensweisen Ihrer Mutter als Folge der Erkrankung verstehen, auch im Nachhinein. Auf der Basis der Diagnose können Sie sich von erfahrenen Fachleuten zum Umgang mit Ihrer erkrankten Mutter beraten lassen sowie Informationen zu Entlastungsangeboten für die tägliche Betreuung einholen.

**Demenz gehört nicht zum normalen Altern.**

**Eine klare Diagnose hilft.**

### **Wie kann sich die Demenz auswirken?**

Menschen, die an einer Demenz erkrankt sind, nehmen durchaus im Anfangsstadium den beginnenden Krankheitsprozess an sich selbst wahr. Das macht ihnen Angst und kann zum Rückzug oder aber auch zu ungewohnt forderndem Verhalten führen. Es kann einerseits noch viele gute Tage geben, die an frühere Zeiten erinnern und an denen die Erkrankung kaum wahrzunehmen ist.

## Frage 2

Andererseits wird Ihre Mutter an manchen Tagen vielleicht vergesslich, vielleicht mit sich selbst unzufrieden sein, und Sie wissen nicht, wie Sie sich dann Ihrer Mutter gegenüber verhalten sollen. Es gibt leider keine allgemeine Regel, wie man mit demenzerkrankten Menschen umgehen sollte. Denn so wie jeder Mensch anders ist, ist auch jeder Krankheitsverlauf anders. Was auf die eine Demenzerkrankte beruhigend wirken kann, kann bei der anderen Erkrankten das Gegenteil bewirken und sogar Auslöser für Unruhe werden. Am besten handeln Sie daher nach dem Prinzip „Versuch und Irrtum“, um herauszufinden, mit welchen Umgangsweisen Sie und Ihre Mutter am besten zurechtkommen.

**Geduld ist  
gefragt – auch  
sich selbst  
gegenüber.**

Grundsätzlich gilt: Wichtig ist immer, dass Sie Ihre Mutter nicht auf ihre Mängel und Schwächen „stoßen“. Wenn Sie z.B. bemerken, dass Ihre Mutter verständnis- und hilflos die Zahnbürste in der Hand hält und nicht weiß, was sie damit tun soll: Dann ist es richtig, das Zähneputzen vorzumachen, anstatt Ihre Mutter ungeduldig und gleichsam „erzieherisch“ an den richtigen Gebrauch der Zahnbürste zu erinnern. Und grundsätzlich gilt ein Weiteres: Versuchen Sie, geduldig zu sein. Das wird nicht immer gelingen, aber seien Sie gerade dann auch geduldig mit sich selbst. Verzeihen Sie auch sich selbst Ihre eigenen schlechten Tage. Sie sind kein Übermensch.

Menschen mit Demenz nehmen die Realität oft anders wahr. Sie können z.B. in einem Schatten, der durch einen Gegenstand geworfen wird, etwas Beängstigendes wahrnehmen, evtl. ein Tier. Versuchen Sie dann nicht, Ihrer Mutter diese Wahrnehmung auszureden, es wird nur ihre Verunsicherung steigern oder sie sogar wütend machen. Denn für Ihre Mutter ist ihre Wahrnehmung die Wirklichkeit, ihre Angst deshalb in dem Moment real. Es bringt nichts, ihr diese ausreden zu wollen. Versuchen Sie, sie lieber dann abzulenken und ihre Angst zu zerstreuen. Nehmen Sie sie am Arm, führen Sie sie sanft in einen anderen Raum. Richten Sie ihr Interesse auf etwas anderes. So kann sie sich beruhigen.

Besonders schmerzlich wird es für Sie als Angehörige, wenn Ihre Mutter Sie nicht mehr erkennt und Sie vielleicht sogar auffordert, ihre Wohnung zu verlassen. Solche Verhaltensweisen hängen mit früheren Erinnerungen zusammen und Ihre Mutter lebt womöglich gerade in einer Erinnerungswelt, in der Sie noch ein kleines Kind sind, das man aus dem Zimmer schicken kann und darf. Aber, ist man allein und auf sich selbst gestellt, ist es oft schwer, sich die mögliche Ursache des Verhaltens der Mutter zu erklären. Im Gespräch mit Fachleuten von gerontopsychiatrischen Beratungsstellen oder der Alzheimer-Gesellschaft ist es jedoch oft möglich, das Verhalten zu verstehen und gemeinsam Wege zu finden, mit dem schwierigen Verhalten und den Ängsten der Erkrankten umgehen zu lernen. Auch entlasten solche Gespräche und Kontakte, weil sie die Möglichkeit bieten, die eigenen Sorgen, Probleme und Nöte anzusprechen und loszuwerden.

**Gespräche mit  
Fachleuten  
helfen weiter.**

Die Begleitung und Pflege einer demenzkranken Angehörigen ist oft sehr schwierig und aufreibend. Sie werden häufig Situationen erleben, in denen Sie mit Ihren Nerven am Ende sind. Versuchen Sie dann nicht, allein mit Ihren Sorgen fertig zu werden. Suchen Sie sich bewusst Entlastung durch Gespräche mit der Familie, Freunden, anderen Pflegenden Angehörigen oder Fachleuten – geteiltes Leid ist halbes Leid.

*Weitere Informationen und die Adressen von Ansprechpartnern finden Sie bei den Demenz-Servicezentren in Ihrer Region ([www.demenz-service-nrw.de](http://www.demenz-service-nrw.de)) oder bei dem Pflegestützpunkt/der Pflegeberatungsstelle ●*



## Frage **3**

# Wie lange kann Mutter in ihrer Wohnung bleiben?

**Auch pflegebedürftige Menschen können allein leben.** Grundsätzlich kann Ihre Mutter in ihrer eigenen Wohnung leben, solange sie das möchte. Gute Kontakte innerhalb der Nachbarschaft oder der Familie sind dabei natürlich von Vorteil. Ein Ansprechpartner sollte möglichst in der Nähe sein, um in Not-situationen schnell helfen zu können oder Helfern den Zugang zur Wohnung zu ermöglichen.

Viele pflegebedürftige Menschen leben noch allein, teilweise auch ohne Angehörige in unmittelbarer Nähe zu haben. Diese Pflegebedürftigen lassen dann regelmäßig eine Haushaltshilfe

und einen Pflegedienst kommen, nutzen das Angebot „Essen auf Rädern“ und haben die Sicherheit von Hilfe im Notfall durch ein Hausnotrufgerät.

*Durch ein Hausnotrufgerät kann im Notfall Hilfe herbeigerufen werden. Es gibt Geräte, die im Fall des Falles die voreingegebene Nummer von Verwandten oder Bekannten anwählen. Andere Geräte sind mit einer Zentrale verbunden, die dann die nötige Hilfe organisiert. Ein Hausnotrufgerät wird durch die Pflegekasse finanziell unterstützt, wenn eine Pflegestufe vorliegt.*

**Hausnotrufgerät.**

Viele Hausnotrufzentralen kümmern sich auf Wunsch und gegen entsprechende Bezahlung auch um hauswirtschaftliche Hilfestellung, hier sollten Sie das Angebot vor Ort entsprechend mit Blick auf Ihre Bedürfnisse prüfen.

Über einen längeren Zeitraum ist ein solches Arrangement jedoch nur möglich bei Pflegebedürftigen, die beispielsweise bei einer Demenzerkrankung sich selbst oder andere nicht gefährden. Soziale Kontakte tragen dazu bei, dass der pflegebedürftige Mensch nicht vereinsamt. Allerdings ist das Bedürfnis nach sozialen Kontakten bei Pflegebedürftigen genauso unterschiedlich wie bei gesunden Menschen. Wer sein Leben lang ein Einzelgänger war, dem reicht womöglich auch in der Pflegebedürftigkeit seine Haushaltshilfe als Kontaktperson.

**Sicherheit im Haushalt ist oberstes Gebot.**

Sollte sich eine Demenzerkrankung verschlimmern, kann Ihre Mutter dann in ihrer Wohnung bleiben, wenn sie sich selbst oder andere nicht gefährdet. Sinnvoll ist es jedoch, bereits bei den ersten Anzeichen einer Demenzerkrankung das Gespräch mit Ihrer Mutter zu suchen und Regelungen für den Fall zu treffen, dass Ihre Mutter nicht mehr selbst und allein entscheiden kann. Hinweise hierzu finden Sie in der Antwort zu Frage 20.

## Frage 3

Solange sie allein lebt, kann man vorbeugen, indem man zum Beispiel ein Gerät einbauen lässt, das den Elektroherd bei Überhitzung abschaltet. Es gibt noch weitere technische Sicherheitsvorkehrungen, die man treffen kann. Wohnberatungsstellen wissen darüber Bescheid und geben Ihnen Rat und Auskunft. Irgendwann kann es jedoch so weit sein, dass Ihre Mutter nicht mehr allein leben kann. Das ist dann der Fall, wenn sie zum Beispiel im Winter die Wohnung verlässt und sich selbst gefährdet, weil sie nicht dem Wetter entsprechend gekleidet ist. Oder wenn sie aus dem Haus geht und nicht mehr allein zurückfindet.

Spätestens dann müssen Sie über eine Veränderung der Lebenssituation Ihrer Mutter nachdenken. Wenn Sie es ermöglichen können, können Sie Ihre Mutter bei sich zu Hause aufnehmen. Weitere Möglichkeiten sind der Umzug in ein Heim oder in eine Wohngemeinschaft für Demenzerkrankte. Letztere gibt es aber noch nicht an allen Orten.

 *In jedem Falle sollte eine eventuelle Entscheidung, die Mutter in der eigenen Wohnung aufzunehmen, vorab mit allen Familienmitgliedern, auch Geschwistern, besprochen werden.* Diese sollten ihr Einverständnis erklären und sich an der neuen Aufgabe beteiligen, zum Beispiel an Wochenenden oder im Urlaub.

### **Leistungen der Wohnumfeldverbesserung**

**Für Änderungen im Wohnbereich, die die Pflege erleichtern, gibt es Zuschüsse.**

Wohnungsanpassungen dienen dazu, die Selbstständigkeit des Pflegebedürftigen zu erhöhen oder die Pflege erst zu ermöglichen oder sie zu erleichtern. Wohnungsanpassungen werden von der Pflegeversicherung bezuschusst. Voraussetzung ist die Zuerkennung einer Pflegestufe. Eine Wohnumfeldverbesserung wird nur für die Wohnung bezuschusst, in der der Pflegebedürftige



Handlauf  
im Bad.

dauerhaft lebt. Das kann die eigene Wohnung sein oder auch die Wohnung von Angehörigen, mit denen der Pflegebedürftige zusammenlebt. Einen Zuschuss gibt es zum Beispiel für Türverbreiterungen, Schwellenentfernungen oder für den Austausch der Badewanne gegen eine flache Dusche. Der Zuschuss wird bis zu einer Höhe von 2.557,- Euro gezahlt. Dieser kann in ambulant betreuten Wohngruppen für bis zu vier pflegebedürftige Personen (max. 10.228,- Euro) zusammen genutzt werden.

Es ist sinnvoll, sich vor einer Wohnungsanpassung von einer Wohnberatungsstelle beraten zu lassen. Wohnberatungsstellen kennen sich auch mit den technischen Hilfsmitteln aus, die die Pflege erleichtern.

*Der Antrag auf einen Zuschuss zur Wohnumfeldverbesserung muss gestellt werden, bevor Sie Verbindlichkeiten eingehen. Weitere Informationen erhalten Sie unter:*  
**[www.wohnberatungsstellen.de](http://www.wohnberatungsstellen.de)** oder beim örtlichen Pflegestützpunkt / der Pflegeberatungsstelle ●



## Frage **4**

# Kann ich die Pflege selbst übernehmen oder sollte ein Pflegedienst kommen?

**Ein Pflegekurs kostet Sie keinen Cent.**

Sie können eine Pflege selbst übernehmen, wenn Sie es sich körperlich und seelisch zutrauen. Alle nötigen Fertigkeiten und Techniken können Sie in einem Pflegekurs erlernen. Er ist für Sie kostenlos und wird von der Pflegekasse, oft in Zusammenarbeit mit einem Pflegedienst oder anderen qualifizierten Stellen, angeboten. Es ist sehr sinnvoll, vorbereitend einen Pflegekurs zu besuchen, da Sie dort viele nützliche Informationen erhalten werden. Auch ein Austausch mit anderen Menschen, die sich in ähnlichen Situationen befinden, kann sehr hilfreich für Sie sein.

Wenn Sie keine Gelegenheit haben, einen Pflegekurs aufzusuchen, können Sie auch eine häusliche Pflegeschulung in Ihren eigenen vier Wänden in Anspruch nehmen. Sprechen Sie hierfür die Pflegekasse Ihrer Mutter an.

Wenn Sie Ihre Mutter bei sich zu Hause aufnehmen möchten, dann bedenken Sie, dass die Betreuung einer Demenzerkrankten Sie bis an Ihre körperlichen und seelischen Grenzen bringen kann. Achten Sie auf sich und schaffen Sie sich Freiräume, um Kraft zu tanken und sich zu erholen. Sie sollten unbedingt Entlastungsangebote in Form von Gesprächsgruppen nutzen. Dort erfahren Sie viel über das Krankheitsbild. Sie lernen von anderen, wie Sie sich in schwierigen Situationen verhalten können. Und Sie machen die Erfahrung, mit Ihren Sorgen nicht allein zu sein. Erkundigen Sie sich bei der Pflegeberatungsstelle / dem Pflegestützpunkt oder Demenzservicezentrum auch nach sogenannten niedrigschwelligen Betreuungsangeboten in Ihrem Wohnumfeld. Gruppenangebote bieten die Möglichkeit, sich zu treffen und dazu gleichzeitig die erkrankte Angehörige mitzubringen. Diese wird dann von ehrenamtlichen Kräften betreut, während Sie sich mit anderen Menschen austauschen können oder z.B. einen von der Gruppe organisierten Vortrag hören. Eine regelmäßige Entlastung z. B. durch eine Tages- oder Kurzzeitpflege kann sehr hilfreich sein. Anregungen finden Sie in den Antworten zu den Fragen 16–18.

**Pflege zu Hause  
bei Demenz?**

Genauso können Sie natürlich einen Pflegedienst mit der Pflege beauftragen, eine Lösung, die oft schon deshalb erforderlich wird, weil Sie berufstätig sind oder die körperliche Pflege aus anderen Gründen nicht übernehmen können oder möchten. Es kann sein, dass Sie Scham und Ekel vor Ausscheidungen empfinden oder es Sie Überwindung kostet, bei einem erwachsenen Menschen die Vorlagen (bzw. Inkontinenzhilfsmittel) zu wechseln. Sie können dann auch an den Pflegedienst Aufgaben übertragen, denen Sie sich selbst nicht gewachsen fühlen ●

**... oder sollte ein  
Pflegedienst  
kommen?**

## Frage 5

# Wie finde ich einen guten Pflegedienst?

### Prüfen Sie die angebotenen Leistungen.

Ambulante Pflege wird von privaten Pflegediensten und Pflegediensten der Wohlfahrtsverbände wie zum Beispiel der Arbeiterwohlfahrt, der Caritas, der Diakonie, dem Arbeitersamarterbund oder dem Deutschen Roten Kreuz angeboten. Alle diese Pflegedienste, die durch die Pflegekassen zugelassen werden müssen, sind gesetzlich verpflichtet, auf die Qualität ihres Angebots zu achten. Jeder Pflegedienst wird einmal jährlich durch den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) besucht, bewertet und beraten. Die Prüfergebnisse sind im Internet unter [www.pflegenoten.de](http://www.pflegenoten.de) veröffentlicht und können Anhaltspunkte für die Qualität geben. Manche Pflegedienste haben auch Qualitäts-



zertifikate, auf die sie verweisen. Ein solches Zertifikat allein sollte jedoch nicht ausschlaggebend sein, sich für einen bestimmten Pflegedienst zu entscheiden. Sie sollten fragen, welche Palette von Leistungen die einzelnen Dienste vorhalten. Ambulante Pflege, Betreuungsangebote und Haushaltshilfen bieten nahezu alle Pflegedienste an.

Einige Pflegedienste haben sich auf bestimmte Krankheitsbilder wie Demenz oder Krebserkrankungen spezialisiert und entsprechend geschultes Personal. Viele Pflegedienste halten weitere Hilfen vor oder vermitteln diese. Das können Hausnotrufdienste, „Essen auf Rädern“, zusätzliche Betreuungsdienste, Begleitdienste und vieles mehr sein. Für Sie als Pflegenden Angehörige kann es hilfreich sein, ein breites Unterstützungsangebot aus einer Hand abrufen zu können.

*Holen Sie ein oder mehrere Angebote zu den voraussichtlichen Kosten ein. Sie können wählen, ob die erbrachten Leistungen nach Zeitaufwand abgerechnet werden sollen oder nach Art und Inhalt der Leistung – dem sogenannten Leistungsmodul. Lassen Sie sich die einzelnen Positionen des Kostenangebotes ausführlich vom Pflegedienst erklären. Falls nötig, bitten Sie Ihren Pflegestützpunkt / Ihre Pflegeberatungsstelle um Hilfe.*

Ihr persönlicher Eindruck ist wichtig. Suchen Sie dazu den Pflegedienst auf, führen Sie ein Gespräch mit der Leitung und sammeln Sie Eindrücke zum respektvollen und fürsorglichen Umgang im Betrieb. Lassen Sie in Ihre Entscheidung einfließen, ob Sie sich gut beraten fühlen und Ihnen das Betriebsklima zusagt. Bei Ihrer Entscheidung sollten Sie sich nicht nur von den Kosten leiten lassen. Wenn Sie einen Pflegedienst in Anspruch nehmen, fragen Sie nach, ob der Dienst möglichst immer dieselben Kräfte schickt. Das ist natürlich nur in Grenzen möglich, denn auch Haushaltshilfen und Pflegekräfte möchten abends oder am Wochenende gelegentlich frei haben. Es sollte jedoch einzurichten sein, dass Ihre Mutter sich auf vier bis fünf feste Kräfte einstellen kann. Kommen binnen eines Jahres 25 verschiedene Mitarbeiter / Mitarbeiterinnen, ist der Dienst nicht gut organisiert und es sollte für Sie im Interesse des Pflegebedürftigen Anlass sein, den Dienst zu wechseln.

**Wichtig auch:** Ist der Pflegedienst in der Lage, grundsätzlich die vereinbarten Zeiten einzuhalten? Bedenken Sie, dass der Pflegedienst viele Pflegebedürftige betreut und Verzögerungen nicht auszuschließen sind. Deshalb sollten Sie bei der Absprache der Einsatzzeiten eine Zeitspanne anbieten. Bei größeren Abweichungen von Ihren abgesprochenen Zeiten sollten Sie sich zunächst an die Pflegedienstleitung des Dienstes wenden. Sie sollten bei größeren Verspätungen zumindest informiert werden ●

**Machen Sie sich ein eigenes Bild.**

**Sie können jederzeit, ohne Einhalten einer Frist, den Pflegedienst kündigen!**



## Frage **6**

# Wer bezahlt die Pflege?

Pflegekosten werden innerhalb eines festgelegten Rahmens durch die Pflegeversicherung übernommen. Das gilt aber nur, sofern Ihre Mutter eine Pflegestufe oder einen erhöhten Betreuungsbedarf zuerkannt bekommt. Kosten, die durch die Pflegeversicherung nicht gezahlt werden, müssen privat übernommen werden.

**Unter Umständen übernimmt der Staat einen Teil der Kosten.**

Bei Pflegebedürftigen, die die notwendige Pflege aus privaten Mitteln nicht bestreiten können, springt unter bestimmten Bedingungen auch das Sozialamt ein (Hilfe zur Pflege). Eine individuell festgelegte Einkommensgrenze und eine Vermögensschongrenze dürfen dann nicht überschritten werden. Die Vermögensschongrenze liegt bei 2.600 Euro (bei Ehepaaren 3.214,- Euro). Bei Überschreitung der Vermögensgrenze ist das Vermögen zur Pflegefinanzierung einzubringen.

Ist das regelmäßige Einkommen zu hoch, so ist ein Teil des Einkommens für die Pflege aufzuwenden. Hinsichtlich Ihres konkreten Falles erkundigen Sie sich am besten beim Pflegestützpunkt / der Pflegeberatungsstelle vor Ort. Lassen Sie sich rechtzeitig beraten, denn eine rückwirkende Beantragung ist immer problematisch.

Wird ein Pflegedienst mit der Pflege beauftragt, wird dieser die Pflege als sogenannte „Sachleistung“ unmittelbar mit der Pflegekasse und gegebenenfalls mit dem Sozialamt abrechnen.

Wenn Sie als Angehörige die Pflege selbst übernehmen, erhält Ihre Mutter bei vorhandener Pflegestufe durch die Pflegeversicherung ein monatliches Pflegegeld. Mit diesem Geld kann Ihre Mutter die erhöhten Aufwendungen bestreiten, die durch die Pflege entstehen, oder auch Ihnen als der pflegenden Person eine finanzielle Anerkennung zukommen lassen.

Für alle, die nach dem Pflegeversicherungsgesetz als pflegebedürftig anerkannt sind, gibt es einen Zuschuss zum Pflegeverbrauchsmaterial von bis zu 31,- Euro monatlich. Unter Pflegeverbrauchsmaterial versteht man zum Beispiel Einmalunterlagen für das Bett, Einmalhandschuhe, Schutzschürzen etc. Diese Materialien können Sie bei Lieferanten bestellen, mit denen die Pflegekasse einen Vertrag abgeschlossen hat. Sollten Sie die Verbrauchsmaterialien selbst gekauft haben, reichen Sie die Rechnung bei der Pflegekasse ein.

**Pauschale für  
Pflegever-  
brauchsmaterial.**

**Wichtig:** Die Verbrauchsmittelpauschale muss spätestens mit dem Einreichen der ersten Rechnung auf Dauer beantragt werden. Wenn Sie bei einem Lieferanten bestellen, prüfen Sie die Qualität der gelieferten Ware. Es gibt bei den Verbrauchsmitteln erhebliche Qualitätsunterschiede ●





## Frage **7**

# Was muss meine Mutter tun, um Pflegegeld zu erhalten?

**Für Pflegeleistungen ist Ihre Pflegekasse zuständig.**

Um Pflegegeld zu erhalten, muss Ihre Mutter eine Pflegestufe oder die eingeschränkte Alltagskompetenz (Pflegestufe 0) bewilligt bekommen. Eine Pflegestufe beantragt sie bei ihrer Pflegekasse. Die Pflegekasse ist immer bei der Krankenkasse angesiedelt, bei der man versichert ist. Ist Ihre Mutter zum Beispiel bei der AOK krankenversichert, muss sie auch bei der AOK Pflegeleistungen beantragen. Ein Anruf bei der Pflegekasse reicht aus, und das Antragsformular wird zugeschickt. Wer privat krankenversichert ist, ist zumeist auch beim selben Versicherer privat pflegeversichert, hier schafft ein Blick in die Versicherungsverträge Klarheit.

Bei einem Erstantrag haben Sie Anspruch auf ein umfassendes Beratungsgespräch, auf Wunsch auch zu Hause. Diese Beratung muss Ihnen innerhalb von zwei Wochen nach Antrags- eingang von der Pflegekasse angeboten werden. Alternativ kann auch ein Beratungsgutschein ausgestellt werden, dieser kann nur bei den von der Pflegekasse anerkannten Beratungsstellen eingelöst werden. Darüber erhalten Sie Informationen bei Ihrer Pflegekasse.

**Pflegeberatung  
gleich nach  
Antragstellung.**

Das Antragsformular der Pflegekasse ist in der Regel einfach auszufüllen. Bei der Frage, ob man

- Geldleistung
- Sachleistung
- Kombinationsleistung

beantragt, sollte man sich vom Pflegestützpunkt / von der Pflege- beratungsstelle, der Pflegekasse oder vom Krankenhaussozial- dienst beraten lassen. Eine solche Entscheidung kann auch wieder geändert werden.

Möchten Sie als Angehörige Pflegegeld für Ihre Mutter be- antragen, benötigen Sie eine Vollmacht Ihrer Mutter. Ist eine Voll- macht wegen einer unerwarteten Erkrankung nicht vorhanden, muss für Ihre Mutter eine gesetzliche Betreuung eingerichtet werden.

Daher ist es ausgesprochen wichtig, rechtzeitig über Voll- machten für diese Eventualfälle zu sprechen und diese einzurich- ten (lesen Sie hierzu auch Frage 20). Denn es ist nicht zulässig, für die Eltern oder auch den Ehepartner zu unterschreiben, auch wenn es in der Praxis nicht selten vorkommt ●

**Frühzeitig  
an Vollmachten  
denken.**



## Frage 8

*Die Eingruppierung in die Pflegestufen*

# Welche Voraussetzungen muss meine Mutter erfüllen?

Pflegebedürftige können Leistungen der Pflegeversicherung beantragen, wenn die Pflegebedürftigkeit voraussichtlich mehr als sechs Monate dauert. Mit dieser Festlegung soll ausgeschlossen werden, dass Menschen, die nach einem Unfall oder einer Operation nur kurzfristig pflegebedürftig sind, Leistungen erhalten.

Nicht ausgeschlossen sind jedoch Menschen, deren Lebenserwartung zum Beispiel aufgrund einer Krebserkrankung geringer als sechs Monate ist, da sich ihr Zustand voraussichtlich nicht mehr verbessern wird.

Eine Pflegestufe erhält man zuerkannt, wenn täglich Hilfe in mindestens zwei der folgenden Bereiche benötigt wird:

- bei der Körperpflege
- bei der Ernährung
- bei der Mobilität

**Hilfebedarf in zwei Lebensbereichen.**

Zusätzlich muss mehrmals in der Woche Hilfe bei der hauswirtschaftlichen Versorgung erforderlich sein.

Oft erreichen Menschen mit einem erhöhten Betreuungsbedarf nicht die Pflegestufe I, weil sie eher Begleitung und Hilfe bei der Bewältigung ihres Alltags benötigen. Weitere Informationen zur sogenannten Pflegestufe 0 finden Sie bei Frage 11.

### **Pflegestufe I (erheblich Pflegebedürftige)**

Um in die Pflegestufe I eingruppiert zu werden, muss man für mindestens 90 Minuten am Tag Hilfe benötigen. Das heißt, dass man zum Beispiel Unterstützung beim täglichen Waschen, Duschen oder Baden, beim Wasserlassen oder beim Stuhlgang, beim An- und Ausziehen oder bei der Nahrungsaufnahme braucht. Die pflegerische Hilfe muss mit täglich mindestens 46 Minuten den hauswirtschaftlichen Hilfebedarf überwiegen. Wenn Hilfe bei Körperpflege, Ernährung oder Mobilität erforderlich ist, wird in der Regel der hauswirtschaftliche Hilfebedarf von durchschnittlich 45 Minuten am Tag anerkannt.

**Hilfebedarf für mindestens 90 Minuten am Tag.**

<b>Pflegebedarf</b>	<b>Hauswirtschaftliche Hilfe</b>	<b>Zeitaufwand</b>
<i>einmal täglich bei der Körperpflege, der Ernährung oder der Mobilität (mind. zwei Verrichtungen)</i>	<i>mehrmals wöchentlich</i>	<i>insgesamt mind. 90 Minuten täglich im Wochendurchschnitt, Pflegebedarf mehr als 45 Minuten</i>

## Frage 8

### **Pflegestufe II (Schwerpflegebedürftige)**

**Hilfebedarf für mindestens 3 Stunden pro Tag.** Die Einstufung in Pflegestufe II erhält man, wenn man bei der Körperpflege, der Ernährung oder der Mobilität mindestens dreimal täglich zu verschiedenen Tageszeiten Hilfe benötigt. Der gesamte Hilfebedarf darf insgesamt 3 Stunden täglich nicht unterschreiten, wovon mindestens täglich 2 Stunden Pflegebedarf bestehen.

<b>Pflegebedarf</b>	<b>Hauswirtschaftliche Hilfe</b>	<b>Zeitaufwand</b>
<i>dreimal täglich zu verschiedenen Tageszeiten bei der Körperpflege, der Ernährung oder der Mobilität</i>	<i>mehrmals wöchentlich</i>	<i>insgesamt mind. 3 Stunden täglich im Wochendurchschnitt, Pflegebedarf mind. 2 Stunden</i>

### **Pflegestufe III (Schwerstpflegebedürftige)**

**Pflege- und Hilfebedarf für mindestens 5 Stunden pro Tag.** Schwerstpflegebedürftige benötigen für die Zuerkennung der Pflegestufe III einen Hilfebedarf rund um die Uhr, auch nachts. Der Hilfebedarf muss mindestens 5 Stunden täglich betragen, mindestens 4 Stunden davon müssen auf die Pflege entfallen.

<b>Pflegebedarf</b>	<b>Hauswirtschaftliche Hilfe</b>	<b>Zeitaufwand</b>
<i>rund um die Uhr, auch nachts Hilfe bei der Körperpflege, der Ernährung oder der Mobilität</i>	<i>mehrmals wöchentlich</i>	<i>insgesamt mind. 5 Stunden täglich im Wochendurchschnitt, Pflegebedarf mind. 4 Stunden</i>



**Pflegestufe I**

Hilfebedarf  
mind. 1 x tägl.  
bei mind.  
2 Verrichtungen  
mehr als 45 Min.

**zusätzlich**

Hauswirtschaftliche  
Versorgung  
45 Min.

**insgesamt > 1,5 Std.**



**Pflegestufe II**

Hilfebedarf  
mind. 3 x tägl.  
zu verschiedenen  
Tageszeiten

2 Std.

**zusätzlich**

Hauswirtschaftliche  
Versorgung

1 Std.

**insgesamt 3 Std.**



**Pflegestufe III**

Hilfebedarf  
rund um die Uhr



(auch nachts)



4 Std.

**zusätzlich**

Hauswirtschaftliche  
Versorgung

1 Std.

**insgesamt 5 Std.**



## Frage 9

# Was geschieht, nachdem der Antrag auf eine Pflegeeinstufung gestellt wurde?

**Ein Pflegetagebuch hilft bei der Vorbereitung.**  
(siehe Seite 88)

Hat Ihre Mutter den Antrag auf eine Pflegeeinstufung gestellt, erhält sie einige Tage oder Wochen später Besuch von einem Gutachter/einer Gutachterin des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung (MDK). Der Gutachter/die Gutachterin meldet sich vorher an und vereinbart mit Ihnen einen Termin. Eine Begutachtung im Krankenhaus oder nach Aktenlage gibt es nur in Ausnahmefällen bei besonderen Umständen.

Aufgabe des Gutachters/der Gutachterin ist es, den Pflegebedarf zu ermitteln. Die Begutachtung findet durch eine Pflegefachkraft oder einen Arzt oder eine Ärztin in der Regel in der Wohnung Ihrer Mutter statt. Sie besteht aus einer Untersuchung

der körperlichen Fähigkeiten Ihrer Mutter sowie aus der Beantwortung etlicher Fragen. Bei deren Beantwortung sind Pflegebedürftige, insbesondere Menschen mit Demenz, oft überfordert. Ihre Mutter hat das Recht, während der Begutachtung Angehörige an ihrer Seite zu haben. Nutzen Sie diese Möglichkeit.

**Der MDK stellt den Pflegebedarf fest.**

Nachdem die Begutachtung durch den MDK stattgefunden hat, entscheidet die Pflegekasse anhand der Erkenntnisse der Begutachtung, ob Ihre Mutter eine Pflegestufe bekommt. Darüber erhält sie von der Pflegekasse einen schriftlichen Bescheid. Gleichzeitig wird eine Rehabilitationsempfehlung mitgeschickt.

Schon bei der Antragstellung bietet Ihnen die Pflegekasse die Übersendung des Gutachtens und der Rehabilitationsempfehlung an. Wenn Sie dem zustimmen, wird beides automatisch mit dem Bescheid zugeschickt. Sie können das Gutachten aber auch noch zu einem späteren Zeitpunkt anfordern. Die Rehabilitationsempfehlung wird gleichzeitig direkt an den zuständigen Rehabilitationsträger weitergeleitet. So müssen Sie sich nicht um die Formalitäten kümmern.

Ist Ihre Mutter mit der Einstufung der Pflegekasse nicht einverstanden, kann sie Widerspruch einlegen. Lassen Sie sich dazu von einer Fachkraft, zum Beispiel bei dem örtlichen Pflegestützpunkt / der Pflegeberatungsstelle, beraten. Danach können Sie mit Ihrer Mutter entscheiden, ob Sie Widerspruch gegen den Bescheid der Pflegekasse einlegen.

Wenn die Pflegekasse nach dem Erstantrag den Bescheid und die Rehabilitationsempfehlung nicht binnen fünf Wochen an die Antragssteller übermittelt, hat sie für jede versäumte Woche 70,- Euro zu zahlen ●

## Frage 10

# Was ist der Unterschied zwischen Pflegegeld, Pflegesachleistung und Kombinationsleistung?

**Das Pflegegeld dient zur Begleichung pflegebedingter Mehrkosten.**

Das Pflegegeld wird – wie zuvor bereits gesagt – Ihrer Mutter gezahlt, damit diese pflegebedingte Mehrkosten auffangen kann. Außerdem kann sie den Menschen, die sie pflegen, davon eine finanzielle Anerkennung zukommen lassen. Die Höhe des Pflegegeldes richtet sich nach der Pflegestufe:

- Pflegestufe I  
235,- Euro
- Pflegestufe II  
440,- Euro
- Pflegestufe III  
700,- Euro

Die Leistungen der Pflegeversicherung werden ab 2014 dynamisch angepasst.

Bei Wahl der Pflegesachleistung entscheidet sich Ihre Mutter für pflegerische Hilfen durch einen Pflegedienst. Dieser rechnet seine Leistungen direkt mit der Pflegekasse ab. Der Betrag der Sachleistung reicht bei umfangreicher Pflege und Betreuung häufig nicht aus. Dann muss Ihre Mutter aus eigener Tasche zuzahlen (siehe Antwort zu Frage 6). Bei finanzieller Bedürftigkeit sind ergänzende Leistungen durch das Sozialamt möglich.

**Pflegesachleistungen sind pflegerische Hilfen durch einen Pflegedienst.**

Die Höhe der Pflegesachleistung:

- |                 |                  |                   |
|-----------------|------------------|-------------------|
| ● Pflegestufe I | ● Pflegestufe II | ● Pflegestufe III |
| 450,- Euro      | 1.100,- Euro     | 1.550,- Euro      |

Bei festgestellten besonderen Härtefällen ist eine Pflegesachleistung von 1.918,- Euro möglich. Diese Härtefälle sind jedoch äußerst selten.

Bei der Kombinationsleistung werden Pflegegeld und Pflegesachleistung nebeneinander bezogen. Wenn Ihre Mutter zum Beispiel einmal in der Woche zum Baden einen Pflegedienst kommen lässt, werden die Pflegesachleistungen in Höhe von 450,- Euro (in Pflegestufe I) nicht aufgezehrt. Verbraucht man für das wöchentliche Bad ca. 30% der Pflegesachleistung, also 135,- Euro, so erhält Ihre Mutter noch 70% des Pflegegeldes, also 164,50 Euro, auf ihr Konto überwiesen ●

**Die kombinierte Inanspruchnahme von Pflegegeld und Pflegesachleistung ist möglich.**



## Frage 11

# Welche Leistungen erhalten Menschen mit erhöhtem Betreuungsbedarf?

Falls Ihre Mutter beispielsweise an einer Demenz erkrankt ist, gelingt es ihr oft nicht mehr, Dinge des alltäglichen Lebens selbstständig zu erledigen. Fachlich spricht man hier von einem Menschen mit „erheblich eingeschränkter Alltagskompetenz“. Meistens benötigt Ihre Mutter dann besonders viel Betreuung und Beaufsichtigung, so dass bei Ihr von einem „erhöhten Betreuungsbedarf“ gesprochen wird. Auch geistig behinderte oder psychisch kranke Menschen können zu dieser Gruppe gehören. Festgestellt wird die eingeschränkte Alltagskompetenz mit dem erhöhten Betreuungsbedarf durch einen Gutachter/ eine Gutachterin des MDK. Oft erreichen Menschen mit einem erhöhten Betreuungsbedarf nicht die Pflegestufe I, weil sie noch zu wenig pflegerische Hilfen benötigen.

Sie benötigen eher Begleitung und Hilfe bei der Bewältigung ihres Alltags wie z.B. den Tag planen, einkaufen gehen, Mahlzeiten vorbereiten oder Begleitung zu Ärzten oder Behörden. In diesem Fall spricht man von „Pfleigestufe 0“.

Für Menschen mit einem erhöhten Betreuungsbedarf gibt es seit Januar 2013 finanzielle Verbesserungen. Zusätzlich zu den 100,- Euro oder 200,- Euro monatlich, die dieser Personenkreis für die Erstattung von Aufwendungen bisher erhalten hat, erhalten sie nun bei der sogenannten „Pfleigestufe 0“ Pflegegeld oder Pflegesachleistung. In den Pflegestufen I und II erhalten sie mehr Geld. Niedrigschwellige Betreuungsangebote (siehe Seite 42) werden nicht als Sachleistung anerkannt.

### Finanzielle Leistungen für Pflegebedürftige mit erhöhtem Betreuungsbedarf:

	<b>Pflegegeld pro Monat</b>	<b>Pflegesachleistungen pro Monat</b>	<b>Geld für erhöhten Betreuungsbedarf pro Monat</b>
<b>Pfleigestufe 0</b> = erhöhter Betreuungsbedarf	120,- Euro	225,- Euro	100,- bzw. 200,- Euro
<b>Pfleigestufe I</b> + erhöhtem Betreuungsbedarf	305,- Euro	665,- Euro	100,- bzw. 200,- Euro
<b>Pfleigestufe II</b> + erhöhtem Betreuungsbedarf	525,- Euro	1.250,- Euro	100,- bzw. 200,- Euro
<b>Pfleigestufe III</b> + erhöhtem Betreuungsbedarf	700,- Euro	1.550,- Euro	100,- bzw. 200,- Euro

Auch hier können Pflegegeld und Pflegesachleistung miteinander kombiniert werden. Wenn Ihre Mutter beispielsweise bei „Pfleigestufe 0“ 30 % der Pflegesachleistung, also 67,50 Euro für einen ambulanten Pflegedienst verwendet, so werden noch 70 % Euro des Pflegegeldes, also 84,- Euro, auf ihr Konto überwiesen.

### Kombinations- möglichkeiten!

## Frage 11

### *Betreuungspauschale*

**Kann der Betrag in einem Kalenderjahr nicht verbraucht werden, kann er noch bis Ende Juni nächsten Jahres abgerufen werden.**

Menschen mit einem erhöhten Betreuungsbedarf erhalten eine zusätzliche Betreuungspauschale in Höhe von 100,- Euro bzw. 200,- Euro im Monat (1.200,- Euro bzw. 2.400,- Euro im Jahr). Die Betreuungspauschale wird nicht bar an die Pflegebedürftigen ausbezahlt, sondern kann für anerkannte niedrigschwellige Betreuungsangebote verwendet werden. Dieses Geld kann dazu beitragen, Pflegenden Angehörigen eine Zeit der Entlastung zu ermöglichen, während die Pflegebedürftigen gut betreut werden. Zu solchen Betreuungsangeboten zählen beispielsweise:

- Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz;
- stundenweise Entlastung Pflegender Angehöriger im häuslichen Bereich;
- Tagesbetreuung in Kleingruppen;
- Einzelfallbetreuung durch anerkannte Helferinnen und Helfer;
- Einzelfallbetreuung im Rahmen der Nachbarschaftshilfe unter der Voraussetzung, dass ein Pflegekurs nach § 45 SGB XI absolviert wurde. (Hinweis: Die Anerkennung dieses Betreuungsangebots im Einzelfall erfolgt durch die zuständige Pflegekasse.)

Auch Aufwendungen in der Tages-/Nacht- und Kurzzeitpflege oder für Pflegedienste können abgerechnet werden. Weitere Informationen und die Adressen von Ansprechpartnern finden Sie bei den Demenz-Servicezentren in Ihrer Region ([www.demenz-service-nrw.de](http://www.demenz-service-nrw.de)) oder bei dem Pflegestützpunkt/der Pflegeberatungsstelle ●

### Voraussetzungen, um einen erhöhten Betreuungsbedarf anerkannt zu bekommen

Ein erhöhter Betreuungsbedarf kann beispielsweise durch eine demenzielle Erkrankung, geistige Behinderung oder eine psychische Erkrankung verursacht werden. Doch allein das Krankheitsbild reicht nicht aus; aus folgenden dreizehn Verhaltensweisen müssen zwei regelmäßig auftreten, und hiervon mindestens eine Verhaltensweise aus dem Bereich 1–9:

1. unkontrolliertes Verlassen des Wohnbereiches (Weglauftendenz);
2. Verkennen oder Verursachen gefährdender Situationen;
3. unsachgemäßer Umgang mit gefährlichen Gegenständen oder potenziell gefährdenden Substanzen;
4. tötlich oder verbal aggressives Verhalten in Verkennung der Situation;
5. im situativen Kontext inadäquates Verhalten;
6. Unfähigkeit, die eigenen körperlichen und seelischen Gefühle oder Bedürfnisse wahrzunehmen;
7. Unfähigkeit zu einer erforderlichen Kooperation bei therapeutischen oder schützenden Maßnahmen als Folge einer therapieresistenten Depression oder Angststörung;
8. Störungen der höheren Hirnfunktionen (Beeinträchtigungen des Gedächtnisses, herabgesetztes Urteilsvermögen), die zu Problemen bei der Bewältigung von sozialen Alltagsleistungen geführt haben;
9. Störung des Tag-Nacht-Rhythmus;
10. Unfähigkeit, eigenständig den Tagesablauf zu planen und zu strukturieren;
11. Verkennen von Alltagssituationen und inadäquates Reagieren in Alltagssituationen;
12. ausgeprägtes labiles oder unkontrolliert emotionales Verhalten;
13. zeitlich überwiegend Niedergeschlagenheit, Verzagtheit, Hilflosigkeit oder Hoffnungslosigkeit aufgrund einer therapieresistenten Depression.

	<b>Verhaltensweisen</b>	<b>Leistungen der Pflegeversicherung</b>
1.	<i>mind. zwei Verhaltensweisen und davon mind. eine aus den Bereichen 1–9 treten regelmäßig auf</i>	<i>1.200,- Euro im Jahr (bzw. 100,- Euro im Monat) und Pflegeberatungsbesuche</i>
2.	<i>zusätzlich zu 1. noch eine Verhaltensweise aus den Bereichen 1–5 oder 9 oder 11</i>	<i>2.400,- Euro im Jahr (bzw. 200,- Euro im Monat) und Pflegeberatungsbesuche</i>



## Frage **12**

# Was bietet die Pflegeversicherung für Pflegende Angehörige?

### *Gesetzliche Unfall- und Rentenversicherung für Pflegende Angehörige*

**Sie sind unfallversichert.**

In häuslicher Umgebung Pflegende Angehörige sind gesetzlich unfallversichert. Dies bedeutet, dass sie gegen die Folgen von „Arbeits- und Wegeunfällen“ sowie „Berufskrankheiten“, die mit der Pfl egetätigkeit zusammenhängen, wie „normale Arbeitnehmer“ abgesichert sind.

Versichert ist die Pfl egetätigkeit im Bereich der Körperpflege, Ernährung, Mobilität und hauswirtschaftlichen Versorgung. Nicht versichert sind Tätigkeiten, die überwiegend allen in der Wohnung

lebenden Personen und gleichzeitig auch dem Pflegebedürftigen nutzen, weil dann die Versorgung der Familie und nicht die Pflege im Vordergrund steht. Der Versicherungsschutz besteht automatisch, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wenn Sie Ihre Mutter zu Hause pflegen und in NRW leben, sind Sie über die Unfallkasse NRW versichert.

Falls Sie während der Pflege einen Unfall haben und ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen, müssen Sie der Ärztin/dem Arzt sagen, dass der Unfall während Ihrer Pflege Tätigkeit passiert ist. Sie sollten dafür sorgen, dass der Unfallkasse NRW innerhalb von drei Tagen formlos eine Unfallmeldung zugeht.

*Weitere Informationen finden Sie unter:*

**[www.unfallkasse-nrw.de](http://www.unfallkasse-nrw.de) und [www.gesundheitsdienstportal.de](http://www.gesundheitsdienstportal.de)**

Darüber hinaus sind Sie wegen der häuslichen Pflege Ihrer Mutter gegebenenfalls zusätzlich rentenversichert. Das ist der Fall, wenn Ihre Mutter Pflegegeld der Pflegeversicherung bezieht und wenn Sie Ihre Mutter wenigstens 14 Stunden wöchentlich in ihrer häuslichen Umgebung pflegen. Diese erforderlichen 14 Stunden Pflegeübernahme können Sie auch auf mehrere Pflegebedürftige verteilen, falls Sie neben Ihrer Mutter beispielsweise auch Ihren Vater oder Partner pflegen. Es gibt zusätzlich weitere Voraussetzungen, die erfüllt sein müssen. Sie dürfen neben der Pflege Tätigkeit nicht mehr als 30 Stunden pro Woche erwerbstätig sein und selber noch keine Altersrente erhalten. Die Pflege Tätigkeit muss voraussichtlich mehr als zwei Monate im Jahr ausgeübt werden. Außerdem benötigt die Pflegekasse Ihrer Mutter eine Mitteilung, dass Sie die Pflegenden sind. Die Pflegekassen haben für die Anmeldung bei der Rentenversicherung in der Regel spezielle Vordrucke. Fragen Sie danach! ●



**Rentenversicherung unter bestimmten Voraussetzungen.**



## Frage **13**

### Was sind Pflegeberatungseinsätze?

Haben Sie sich als Angehörige entschieden, die Pflege selbst zu übernehmen, wird Ihre Mutter Pflegegeld erhalten.

**Die Beratung durch Fachkräfte ist unerlässlich ...**

Dann muss Ihre Mutter regelmäßige Pflegeberatungseinsätze durch eine Pflegefachkraft abrufen. Diese Einsätze sind Besuche einer Pflegefachkraft zur Unterstützung der Pflege zu Hause und werden von nahezu allen Pflegediensten angeboten. In Pflegestufe I und II muss dieser Einsatz einmal pro Halbjahr stattfinden. In Pflegestufe III findet der Einsatz vierteljährlich statt. Vereinbaren Sie einen ersten Termin am besten gleich nach der Bewilligung der Pflegestufe. Mit einem guten Pflegedienst werden Sie dann eine Vereinbarung treffen können, dass Sie diese Besuche zukünftig nicht vergessen können. Die Besuche einer Pflegefachkraft sind für die Pflegebedürftigen kostenlos, müssen aber in Anspruch genommen werden, um weiterhin volles Pflegegeld zu bekommen.

Diese Einsätze sollten Sie als Pflegende Angehörige dazu nutzen, sich zu auftauchenden Pflegeproblemen beraten zu lassen! Sie können sich dabei auch über Entlastungsangebote für Pflegende Angehörige informieren lassen. Fordern Sie eine Beratung über mögliche Hilfsmittel und weitere Entlastungsmöglichkeiten vom Berater ein!

... und hilfreich.

Menschen mit besonderem Betreuungsbedarf (siehe Frage 11) können diese Beratungseinsätze ohne eine Pflegestufe halbjährlich und mit Pflegestufe sogar vierteljährlich beanspruchen. Diese Beratungseinsätze sollen betreuende und Pflegende Angehörige befähigen, mit den hohen körperlichen und seelischen Belastungen bei der Betreuung eines Demenzkranken besser umgehen zu können.

Nutzen Sie diese Beratungseinsätze, um nach Entlastungsangeboten vor Ort zu fragen. Wer Pflegesachleistungen erhält, muss diese Beratungseinsätze einer Pflegefachkraft nicht abrufen, da ja bereits regelmäßig Fachkräfte ins Haus kommen.

Trotz der regelmäßigen Unterstützung durch Pflegefachkräfte kann es bei der häuslichen Betreuung und Pflege zu schwierigen Situationen, wie Überforderung, Verzweiflung und Aggression, kommen. Die extreme Belastung kann dazu führen, dass die eigenen Grenzen erreicht sind. Man wird immer „dünnhäutiger“, was schneller zu Konflikten führt. Pflegende Angehörige werden in diesen Situationen von der Beratungsstelle **„Handeln statt Misshandeln“** – *Bonner Initiative gegen Gewalt im Alter e.V. beraten und unterstützt. Auf Wunsch auch anonym:*

In schwierigen  
Situationen  
„Handeln statt  
Misshandeln“  
kontaktieren.



**Telefon: (02 28) 69 68 68** (Montag – Freitag 10.00 – 12.00 Uhr, übrige Zeiten: Anrufbeantworter)

Oder wenden Sie sich an die **Telefon-Seelsorge:**  
**Telefon: 08 00/1 11 01 11** oder **08 00/1 11 02 22**, rund um die Uhr erreichbar ●

## Frage **14**

*Meine Mutter kann sich nicht mehr richtig bewegen*

Wie kann ich sie vom Bett in den Sessel setzen?

Wie kann ich sie baden oder duschen?

Es gibt technische Hilfsmittel, die es Ihnen ermöglichen, Ihrer Mutter aus dem Bett oder Sessel zu helfen, ohne dass Sie sich dabei als Pflegeperson körperlich überfordern. So gibt es zum Beispiel Anti-Rutsch-Matten, Drehteller oder Lifter (Hebehilfen oder Transferhilfen), fahrbar oder fest installiert, mit deren Hilfe Sie Ihre Mutter vom Bett in den Sessel setzen können. Unterschätzen Sie auch die Vorteile eines Pflegebettes nicht. Pflegebetten sind heute immer elektrisch verstellbar, so dass Ihre Mutter die eigene Lage im Bett ohne Ihre Hilfe verändern kann. Holzverkleidungen machen die Pflegebetten optisch ansprechender. Darüber hinaus gibt es Badewannenlifter und fahrbare Duschstühle sowie eine

Vielzahl weiterer technischer Hilfsmittel für verschiedene Einsatzbereiche. Teilweise können diese technischen Hilfsmittel, auch ohne dass bereits eine anerkannte Pflegebedürftigkeit vorliegt, vom Hausarzt zu Lasten der Krankenkasse verordnet werden. Das kann zum Beispiel für Badewannenliffter in Betracht kommen. Hilfsmittel, die die Pflege erleichtern oder ermöglichen, werden wiederum ohne ärztliche Verordnung von der Pflegekasse zur Verfügung gestellt. Bei Hilfsmitteln ist ein Eigenanteil von 10 % der Kosten, aber höchstens 25,- Euro je verordnetes Hilfsmittel zu zahlen. Das gilt nicht, wenn die Hilfsmittel nur ausgeliehen werden, wie das zum Beispiel bei Pflegebetten meistens der Fall ist.



**Technische  
Hilfsmittel  
entlasten.**

*Erkundigen Sie sich genau bei der Pflegekasse oder einer Wohnberatungsstelle.*

Es gibt auch kleine Hilfsmittel oder Alltagshilfen, wie zum Beispiel eine Anti-Rutsch-Matte, eine Drehscheibe zur Unterstützung beim Umsetzen, Gleitmatten zur Positionsveränderung bei Bettlägerigkeit, einen Haltegürtel zur Unterstützung beim Aufstehen und Setzen. Diese Hilfsmittel können vom Arzt verordnet und dann von der Krankenkasse finanziert werden ●



## Frage **15**

# Kann ich die Pflege mit meinem Beruf vereinbaren?

**Berufstätigkeit schafft Absicherung!**

Wenn die Pflege Ihrer Mutter zunehmend zeitaufwendiger wird, werden Sie sich vielleicht mit dem Gedanken auseinandersetzen, Ihren Beruf aufzugeben.

Bedenken Sie jedoch, dass Ihre Berufstätigkeit Ihnen Abwechslung und Anregung außer Haus bietet. Sprechen Sie deshalb zunächst mit Ihrem Arbeitgeber, ob es möglich ist, Ihre Arbeitszeiten flexibler zu gestalten. Dann können Sie besser mit unvorhergesehenen Situationen zu Hause umgehen. Fragen Sie zum Beispiel konkret, ob Sie in der Mittagszeit bei Ihrer Mutter nach dem Rechten sehen können. Sie können Ihre Mutter während Ihrer Arbeitszeit auch in einer Tagespflege unterbringen (siehe Frage 16).

Seit der Einführung des Pflegezeitgesetzes 2008 haben Sie als Berufstätige/Berufstätiger mehr Möglichkeiten, kurzfristig auf unterschiedliche Pflegesituationen zu reagieren. Wird ein Angehöriger plötzlich pflegebedürftig, muss schnell Hilfe organisiert werden.

Im Rahmen der kurzzeitigen Freistellung von der Arbeit haben Beschäftigte das Recht, der Arbeit bis zu zehn Arbeitstage fernzubleiben (in der Regel ohne Lohnfortzahlung). Der Arbeitgeber muss unverzüglich informiert werden. In dieser Zeit bleiben Sie sozialversichert. Dieser Anspruch gilt für alle Beschäftigten, unabhängig von der Anzahl der beim Arbeitgeber Beschäftigten.

**Zehn Tage  
kurzzeitige  
Freistellung!**

Wenn Sie die Pflege für einen längeren Zeitraum übernehmen wollen, können Sie sich für die Dauer von bis zu sechs Monaten von der Arbeit freistellen lassen, wenn der Betrieb mehr als 15 Beschäftigte hat. In dieser Zeit beziehen Sie kein Gehalt, bleiben aber sozialversichert. Die Beitragszahlung zur Rentenversicherung wird von der Pflegekasse übernommen, wenn die Pflegeperson mindestens 14 Stunden in der Woche pflegt. Die erforderlichen 14 Stunden können Sie auch auf mehrere Pflegebedürftige verteilen. Der Kranken- und Pflegeversicherungsschutz wird über die Familienversicherung oder die freiwillige Weiterversicherung mit dem Mindestbeitrag in der Krankenkasse sichergestellt. Die Krankenversicherung führt automatisch auch zur Absicherung in der Pflegeversicherung. Auf Antrag erstattet die Pflegeversicherung den Beitrag für die Kranken- und Pflegeversicherung bis zur Höhe des Mindestbeitrages. Der Versicherungsschutz in der Arbeitslosenversicherung bleibt erhalten. Die Beiträge zur Arbeitslosenversicherung werden von der Pflegekasse übernommen.

**Bis zu  
sechs Monaten  
Pflegezeit!**

## Frage 15

### Die neue Familienpflegezeit.

Die Familienpflegezeit sieht vor, dass Beschäftigte ihre Arbeitszeit für maximal zwei Jahre auf bis zu 15 Stunden pro Woche reduzieren. Das Bruttogehalt wird in einem ersten Schritt entsprechend den reduzierten Arbeitsstunden gekürzt.

Wenn Sie Ihre Arbeitszeit beispielsweise um 50 % reduzieren, erhalten Sie 75 % ihres Gehalts. Zum Ausgleich müssen Sie im Anschluss an die Pflegephase wieder voll arbeiten, bekommen aber weiterhin nur 75 % des Gehalts, bis der Vorschuss wieder ausgeglichen ist.

	<b>2 Jahre</b>	<b>2 Jahre (höchstens)</b>	
<b>100 % Stelle</b>	<i>Familienpflegezeit 50 % Stelle</i>	<i>Nachpflegezeit 100 % Stelle</i>	<i>neue Familienpflegezeit möglich</i>
<b>100 % Bruttogehalt</b>	<i>75 % Bruttogehalt der letzten zwölf Kalendermonate</i>	<i>75 % Bruttogehalt, so lange, bis das negative Wertguthaben ausgeglichen ist</i>	

Die Aufstockung des Arbeitsentgelts kann sich der Arbeitgeber durch ein zinsloses Darlehen refinanzieren lassen. Arbeitgeber sind bisher nicht verpflichtet, die Familienpflegezeit zu gewähren. Weitere Informationen erhalten Sie beim Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben oder unter: [www.familienpflegezeit.de](http://www.familienpflegezeit.de)

Sollten Sie sich für eine dauerhafte Reduzierung Ihrer Arbeitszeit entscheiden, denken Sie daran, die Pflegekasse zu informieren. Wenn Sie weniger als 30 Stunden berufstätig sind und als Hauptpflegeperson Ihre Mutter betreuen, sind Sie rentenversicherungspflichtig. Das kann in der Rentenversicherung einen kleinen Ausgleich schaffen für eine Einschränkung oder Aufgabe Ihrer Berufstätigkeit.

*Sollten Sie jedoch zu der Entscheidung gelangen, die Berufstätigkeit vollständig aufzugeben, setzen Sie sich vor der Kündigung Ihres Arbeitsplatzes unbedingt mit der Arbeitsagentur (früher: Arbeitsamt) in Verbindung.* Lassen Sie sich beraten, inwieweit Sie während und nach Beendigung der Pflege Anspruch auf Arbeitslosengeld 1 oder Arbeitslosengeld 2 haben. Auch kann die Kündigung des Arbeitsplatzes Auswirkungen auf Ihre Krankenversicherung haben. Im ungünstigsten Fall müssen Sie Ihre Krankenversicherungsbeiträge aus eigenen Mitteln tragen, daher ist ein Beratungsgespräch im Vorfeld einer Kündigung wichtig.

Pflegende Angehörige können sich freiwillig in der Arbeitslosenversicherung weiterversichern. Fragen Sie auch dazu die Arbeitsagentur ●



## Frage **16**

# Was ist eigentlich Tagespflege oder Nachtpflege?

**Wichtiger Baustein zur Vereinbarkeit von Beruf und Pflege.**

Wenn Sie tagsüber Ihre Mutter gut versorgt wissen wollen, weil Sie möglicherweise berufstätig sind oder einfach mal Zeit für sich brauchen, kann eine Tagespflege die passende Lösung sein. Hier wird Ihre Mutter tagsüber in einem abwechslungsreichen Umfeld gepflegt und betreut; bei gemeinsamen Beschäftigungen kann sie andere Menschen kennenlernen und mit ihnen zusammen in geselliger Runde die üblichen Mahlzeiten einnehmen.

**Tagespflege ist auch stundenweise möglich.**

Eine Tagespflegeeinrichtung ist in der Regel wochentags zwischen 8:00 und 17:00 Uhr (mindestens sechs Stunden) geöffnet; es gibt die Möglichkeit, Tagespflege auch halbtags oder an einzelnen Wochentagen in Anspruch zu nehmen. Manche Einrichtungen sind auch an Wochenenden und Feiertagen ge-

öffnet. Falls Sie Ihre Mutter nicht selbst zur Tagespflege bringen oder abholen können, bieten diese Einrichtungen gewöhnlich einen Fahrdienst an.

Nachtpflegeangebote gibt es bisher nur vereinzelt, sie bieten ihre Dienste abends und zum Teil auch in den Nachtstunden an. Diese Form der Betreuung könnte für Sie interessant sein, wenn Ihre Mutter einen veränderten Tag-Nacht-Rhythmus hat.

Wenn Ihre Mutter Pflegegeld bekommt und/oder durch einen ambulanten Dienst versorgt wird, kann sie zusätzlich Geld für die Tagespflege von ihrer Pflegeversicherung erhalten.

**Extra Geld für Tagespflege.**

Leistungen der Tagespflege können je nach Bedarf gleichzeitig mit Leistungen der häuslichen Pflege (Pflegegeld, Pflegesachleistung, Kombinationsleistung) kombiniert werden. Es gibt einen Anspruch auf 150 % der Leistung.

**Beispiele:**

<i>Tagespflege</i>	<i>Pflegegeld, Pflegesachleistung oder Kombinationsleistung</i>
100 %	50 %
50 %	100 %
70 %	80 %

Zur Finanzierung einer Tagespflege kann auch die Betreuungspauschale für erhöhten Betreuungsbedarf eingesetzt werden.

*Die Ansprüche auf Tages- oder Nachtpflege, Pflegegeld und Pflegesachleistung können nach Ihrer Wahl kombiniert werden. Zur Berechnung der Kosten bei einzelnen Kombinationsmöglichkeiten fragen Sie beispielsweise eine Tagespflegeeinrichtung, Ihre Pflegekasse oder eine örtliche Pflegeberatungsstelle sowie die Pflegestützpunkte ●*



## Frage **17**

# Wer kümmert sich um Mutter, wenn ich selbst krank werde oder dringend Urlaub brauche?

### Verhinderungs- pflege ...

Wenn Sie selbst krank werden, zur Kur müssen oder dringend Urlaub benötigen, können Sie Leistungen für eine Verhinderungspflege (Ersatzpflege) erhalten. Die Pflegekasse zahlt für die Verhinderungspflege bis zu 1.550,- Euro im Jahr für längstens 28 Tage. Das kommt jedoch nur in Betracht, wenn bereits sechs Monate im Rahmen einer Pflegestufe gepflegt wird. Wird die Verhinderungspflege von engen Verwandten übernommen, können diese lediglich Fahrkostenersatz oder Verdienstausfall bis zu der oben genannten Summe von 1.550,- Euro geltend machen. Es könnte auch der Pflegedienst entsprechend häufiger kommen, wenn Ihre Mutter noch zeitweise allein bleiben kann. Verhinderungspflege können Sie auch stundenweise in Anspruch nehmen, was Ihnen möglicherweise etwas Freiraum verschaffen kann. Solange Sie

unter 8 Stunden pro Tag Verhinderungspflege beanspruchen, wird das Pflegegeld nicht gekürzt, und die Summe von 1.550,- Euro kann dann auch an mehr als 28 Tagen verbraucht werden. Verhinderungspflege können darüber hinaus auch Pflegeheime oder andere Einrichtungen, die keinen Versorgungsvertrag mit den Pflegekassen abgeschlossen haben, anbieten.

... auch  
stundenweise  
möglich.

Pflegen Sie noch keine sechs Monate oder finden Sie keine Ersatzpflegeperson, kann Ihre Mutter auch in eine Kurzzeitpflegeeinrichtung ziehen. In einer Kurzzeitpflegeeinrichtung werden Pflegebedürftige über eine begrenzte Zeit von bis zu vier Wochen im Jahr stationär betreut. Kurzzeitpflege kann im Anschluss an eine stationäre Behandlung oder in sonstigen Krisensituationen, in denen vorübergehend häusliche Pflege nicht möglich ist, erfolgen. Die Kosten der Kurzzeitpflege (der Pflegeaufwand) werden für bis zu vier Wochen mit bis zu 1.550,- Euro übernommen. Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung müssen privat finanziert werden.

Kurzzeitpflege.

Kurzzeitpflege und Verhinderungspflege können auch nebeneinander innerhalb eines Kalenderjahres beansprucht werden. Es kann sein, dass Sie im Frühsommer in Urlaub fahren und Verhinderungspflege beanspruchen. Dann erkranken Sie im November und müssen ins Krankenhaus. Ihre Mutter könnte dann für diese Zeit in eine Kurzzeitpflegeeinrichtung ziehen. Der Anspruch auf Verhinderungspflege und Kurzzeitpflege entsteht jedes Kalenderjahr neu.

*Wenn Sie Kurzzeitpflege in Anspruch nehmen wollen, lassen Sie sich einen Kostenvoranschlag geben. Regeln Sie die Kostenübernahme mit der Pflegekasse Ihrer Mutter. Kosten, die über den oben genannten Betrag hinausgehen, müssen von Ihnen selbst getragen oder beim Sozialamt extra beantragt werden. Fragen Sie zu den Angeboten in Ihrer Region Ihren Pflegestützpunkt / Ihre Pflegeberatungsstelle oder Ihre Pflegekasse vor Ort ●*





## Frage **18**

# Gibt es stundenweise Entlastungsangebote? Wie kann ich so etwas bezahlen?

**Ersatzpflege-  
kräfte werden  
bezahlt.**

Betreuungs- und Entlastungsangebote bieten Ihnen bei der Pflege Ihrer Mutter die Möglichkeit, einfach mal ein paar Stunden frei zu haben und durchzuatmen.

Für Menschen mit erhöhtem Betreuungsbedarf (siehe Frage 11) gibt es mittlerweile in vielen Orten in Nordrhein-Westfalen sogenannte niedrigschwellige Betreuungsangebote.

Überwiegend Freiwilligengruppen, Wohlfahrtsverbände und Kirchengemeinden bieten in Zusammenarbeit mit geschulten freiwilligen Helferinnen und Helfern stundenweise Betreuung an. Die Kosten dafür sind niedrig, denn die ehrenamtlich tätigen Menschen erhalten in der Regel eine geringe Aufwandsentschädigung.

**Leistungen nach § 45b SGB XI extra beantragen.**

Wenn Ihre Mutter lieber von einem Nachbarn betreut werden soll, den sie schon lange kennt und zu dem sie ein besonderes Vertrauensverhältnis hat, ist das in diesem Rahmen auch möglich. In Einzelfällen können Nachbarn die Betreuung übernehmen; Voraussetzung ist, dass sie nachweislich an einem Pflegekurs (nach § 45 SGB XI) teilgenommen haben.

Die Betreuungspauschale in Höhe von 100,- bzw. 200,- Euro monatlich (1.200,- bzw. 2.400,- Euro im Jahr) kann hierfür verwendet werden. Sie kann auch für Betreuungsangebote durch Pflegedienste, in der Tagespflege oder Kurzzeitpflege genutzt werden.



Zusätzlich können Sie stundenweise Betreuungsangebote bei Ihrer Mutter mit dem Geld der Verhinderungspflege (siehe Antwort zu Frage 17) finanzieren. Diese Leistung der Verhinderungspflege können Sie auch verwenden, um sich bei einer Freundin/Nachbarin für stundenweise Betreuungsdienste erkenntlich zu zeigen. Fragen Sie die Pflegekasse, ob Sie in einem solchen Fall bestimmte Formulare einreichen müssen.

**Verhinderungspflege stundenweise abrechnen.**

Es gibt viele Gruppen oder Projekte, die unterschiedliche Entlastungsangebote für Pflegenden Angehörige bereithalten. Es lohnt sich, bei der Pflegeberatungsstelle / dem Pflegestützpunkt vor Ort nachzufragen. Auch die Alzheimer-Gesellschaften bieten in vielen Orten stundenweise Betreuungsangebote für Demenzerkrankte an ●





## Frage **19**

### Kann eine Haushaltshilfe (aus Osteuropa) die Betreuung meiner Mutter übernehmen?

Vielfach lassen sich Angehörige, die nicht wissen, wie sie Pflege und Berufstätigkeit „unter einen Hut“ bekommen sollen, von Haushaltshilfen aus Mittel- oder Osteuropa unterstützen, um die Herausforderung „Pflege“ zu meistern. Insbesondere Familien, die Bedarf an einer Rund-um-die-Uhr-Betreuung haben, wissen mitunter keinen anderen Weg. Die Leistungen der Kranken- und Pflegeversicherung decken die erforderlichen Kosten nur zu einem geringen Teil ab und die eigenen Finanzmittel reichen oft

für Betreuung und Pflege durch einen ambulanten Pflegedienst nicht aus. Eine Haushaltshilfe aus Osteuropa legal zu beschäftigen, ist aber auch kein kostengünstiges Modell. Auch für Pflege- und Haushaltshilfen aus Osteuropa gelten die deutschen Arbeitsschutzgesetze. Es müssen daher entsprechende Löhne gezahlt werden und eine echte Rund-um-die-Uhr-Betreuung ist durch eine Arbeitskraft allein nicht möglich.

**Angebote von Agenturen genau überprüfen.**

### **Wie können wir für unsere Mutter eine Hilfe aus Osteuropa legal beschäftigen?**

Bei dem einen Modell werden Sie oder Ihre Mutter Arbeitgeberin mit allen Rechten und Pflichten.

**Eine Möglichkeit: Sie oder Ihre Mutter werden Arbeitgeberin.**

- Eine angemessene Unterkunft im Arbeitgeberhaushalt oder in der näheren Umgebung muss bereitgestellt werden.
- Die Arbeitsschutzgesetze aus Deutschland müssen eingehalten werden. Das bedeutet z.B.: max. 48 Stunden Arbeitszeit pro Woche, tägliche Ruhezeit von mind. 11 Stunden, wenigstens 24 Tage Urlaub im Jahr.

Der Lohn ist zwischen Arbeitgeber und Arbeitnehmer frei verhandelbar, darf aber nicht sittenwidrig sein. Anhaltspunkte zur Höhe geben die Tarifverträge (Auskunft gibt die Arbeitsagentur). Hinzu kommen Arbeitgeberanteile für die Sozialversicherung. Kost und Logis dürfen vom Lohn abgezogen werden. Gibt es dafür keine Abzüge müssen diese Beträge bei der Berechnung von Sozialabgaben und Steuern als geldwerter Vorteil berücksichtigt werden.

## Frage 19

Bis zum 31.12.2013 müssen nur noch Hilfen aus Bulgarien und Rumänien eine Arbeitserlaubnis beantragen. Im Rahmen der Freizügigkeit können Hilfen aus anderen EU-Ländern direkt in Deutschland arbeiten.

Zusätzlich ist für Hilfen aus Bulgarien und Rumänien Folgendes zu berücksichtigen: Sie als zukünftige Arbeitgeberin müssen nachweisen, dass eine pflegebedürftige Person (Pflegestufe I–III) im Haushalt lebt. Die Beschäftigung darf sich auf die Übernahmen hauswirtschaftlicher Tätigkeiten und notwendiger pflegerischer Alltagshilfen wie beim Anziehen oder beim Toilettengang erstrecken.

 *Medizinische Fachpflege gehört nicht zu dem oben aufgeführten Aufgabenbereich.*

Werden diese Voraussetzungen erfüllt, können Sie als zukünftige Arbeitgeberin bei der Agentur für Arbeit ein Stellenangebot einreichen. Es dürfen auch Haushaltshilfen, die Sie bereits kennen, benannt werden, um ein illegales Beschäftigungsverhältnis in eine legale Beschäftigung umzuwandeln.

**Unbedingt  
vorher  
informieren.**

Weitergehende Informationen hat die Bundesagentur für Arbeit auf ihrer Internetseite [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) unter der Rubrik Bürgerinnen & Bürger (Stichwort „Haushaltshilfen“) zusammengestellt; hier können Sie unter anderem das Merkblatt „Vermittlung von Haushaltshilfen in Haushalten mit Pflegebedürftigen nach Deutschland“ herunterladen.

 Die Zentrale Auslands- und Fachvermittlung (ZAV) der Bundesagentur für Arbeit bietet Interessenten an einer Haushaltshilfe aus den osteuropäischen EU-Ländern eine telefonische Erstberatung an unter:

**Telefon (0228) 7 13 14 14.**

### *Und was ist mit den Vermittlungsagenturen im Internet?*

Über das Internet vermitteln Agenturen Kontakte zu ausländischen Dienstleistern. Diese entsenden ihre Mitarbeiter nach Deutschland. In diesem Fall sind Sie nur Auftraggeberin, jedoch keine Arbeitgeberin. Sie sind allerdings verpflichtet, sich um die Rechtmäßigkeit des Vertragsverhältnisses zu kümmern. Für Sie gilt hierbei der Grundsatz: Unwissenheit schützt nicht vor Strafe. Bei Verträgen mit ausländischen Firmen ist es deshalb zum Beispiel wichtig, dass es einen Nachweis über die Zahlung von Steuern und Sozialversicherungsbeiträgen im Herkunftsland gibt.

**Andere Möglichkeit: Dienstleister aus dem Ausland schickt Mitarbeiter/in.**

Skepsis ist angebracht, wenn angeblich selbstständige Personen vermittelt werden. Zwar haben Selbstständige aus EU-Ländern grundsätzlich die Möglichkeit, ihre Dienste EU-weit anzubieten. Bei den Haushalts- und Betreuungsdiensten handelt es sich aber häufig um eine Schein-Selbstständigkeit. Für eine legale Beschäftigung darf die Hilfe nicht im gleichen Haushalt leben und muss bei mehreren Kunden tätig sein. Die Strafen für Schwarzarbeit sind hoch (Geldbuße, Nachzahlung der Sozialversicherungsbeiträge, gegebenenfalls Verfahren wegen Steuerhinterziehung).

Nehmen Sie zu Ihrer rechtlichen Absicherung Kontakt auf zur Agentur für Arbeit, zur Krankenkasse als der zuständigen Stelle für Sozialversicherungsbeiträge oder zum Steuerberater. Kontaktieren Sie Beratungsstellen wie die Pflegestützpunkte / die Pflegeberatungsstellen, um abzuklären, was Sie tatsächlich brauchen und welche Angebote es gibt. Lassen Sie außerdem die Kosten berechnen, um keine bösen Überraschungen zu erleben.

Umfassende Informationen und eine tabellarische Übersicht über die unterschiedlichen Beschäftigungsmodelle finden Sie im Internet bei der Verbraucherzentrale NRW:

[www.vz-nrw.de/pflegehilfen](http://www.vz-nrw.de/pflegehilfen) ●



## Frage **20**

# Was muss geschehen, wenn Mutter nicht mehr allein für sich entscheiden kann?

Wenn Ihre Mutter, zum Beispiel bedingt durch eine Demenzerkrankung, nicht mehr allein für sich entscheiden kann, benötigt sie eine gesetzliche Betreuerin bzw. einen gesetzlichen Betreuer.

Das Betreuungsgericht kann Sie als Tochter zur Betreuerin für bestimmte Aufgabenbereiche (zum Beispiel Finanzen, Organisation der häuslichen Pflege, Aufenthaltsbestimmung) bestellen.

Auf eine gesetzliche Betreuung kann jedoch verzichtet werden, wenn Ihre Mutter im Vorfeld die wichtigsten Dinge geregelt hat. Zu diesen wichtigen Dingen gehören:

**Wichtige Dinge rechtzeitig regeln!**

- das Erteilen einer Kontovollmacht (muss bei der Bank oder Sparkasse auf banküblichen Formularen geregelt werden),
- eine Vorsorgevollmacht (mit einer Vorsorgevollmacht kann Ihre Mutter festlegen, wer in welchen Bereichen für sie entscheiden soll),
- eine Patientenverfügung (mit einer Patientenverfügung regelt sie, welche medizinischen Behandlungen sie in bestimmten Fällen erhalten oder nicht erhalten möchte).

Eine Betreuung muss laut Gesetz nur eingerichtet werden, wenn sie erforderlich ist. Dies ist jedoch in der Regel nicht mehr notwendig, wenn Ihre Mutter Vollmachten erteilt hat.

Auch für Sie als Angehörige kann es eine Erleichterung sein, wenn Sie wissen, was Ihre Mutter in bestimmten Situationen gewollt hätte, hätte sie selbst noch entscheiden können. Versuchen Sie, mit Ihrer Mutter ins Gespräch zu kommen unter dem Motto „Was wäre, wenn ...?“. Ihre Mutter könnte zum Beispiel festlegen, dass sie auf keinen Fall im Heim ein Doppelzimmer bewohnen möchte. Oder sie könnte sagen, dass sie keine künstliche Ernährung wünscht, wenn sie selbst nicht mehr essen kann.

*Die Betreuungsvereine in den Gemeinden beraten zu diesem Thema. Fragen Sie beim Betreuungsgericht (Amtsgericht) oder bei der Stadtverwaltung (Betreuungsstelle) nach den Adressen von Betreuungsvereinen ●*





## Frage **21**

*Austausch mit anderen Pflegenden Angehörigen tut gut*

### Wie geht es mir mit der Pflege?

**„Gut zu wissen,  
dass es anderen  
ähnlich geht.“**

Wenn Sie Ihre Mutter pflegen, kann dies eine sehr erfüllende Aufgabe sein. Viele Pflegenden Angehörige fühlen sich aber auch alleine und haben das Gefühl, kaum noch aus der Wohnung zu kommen. Vielleicht denken Sie manchmal, ich würde gerne Menschen in ähnlichen Situationen kennen lernen und mich mit ihnen austauschen. Vielleicht suchen Sie Informationen oder wollen Ihre eigenen Erfahrungen weitergeben. Eine Selbsthilfegruppe oder ein Gesprächskreis könnte dann gut für Sie sein. Hier können Sie sich mit anderen Pflegenden Angehörigen zu allem, was Sie bewegt und beschäftigt, austauschen und vielleicht für den Pflegealltag neue Anregungen bekommen. Häufig gibt es auch Selbsthilfegruppen oder Gesprächskreise, bei denen die Angehörigen der Teilnehmer alle die gleiche Erkrankung (zum Beispiel Demenz oder Parkinson) haben.

Selbsthilfegruppen finden Sie bei Ihrer örtlichen Selbsthilfe-kontaktstelle. Sie können sich auch an die Koordinationsstelle für Selbsthilfe in Nordrhein-Westfalen, „**KOSKON NRW**“, wenden ([www.koskon.de](http://www.koskon.de), Adresse im Anhang).

**Selbsthilfe.**

Gesprächskreise werden beispielsweise von den Wohlfahrtsverbänden, Kirchengemeinden, Pflegediensten angeboten. Im Unterschied zu den Selbsthilfegruppen gibt es hier eine Person, die die Treffen begleitet und organisiert. Termine werden oft in der Tageszeitung angekündigt.

**Gesprächskreise.**

Oftmals entsteht aus diesen Gruppen heraus auch der Wunsch, gemeinsam auf Probleme aus dem Alltag der häuslichen Pflege aufmerksam zu machen oder sich für Veränderungen einzusetzen, sich vielleicht sogar politisch zu engagieren.

**Gemeinsam  
sind wir stark!**

Es gibt einige (ehemalige) Pflegende Angehörige, die sich auf der politischen Ebene einsetzen, damit die Lebenssituation von Pflegenden Angehörigen öffentlich wird, bedarfsgerechte Unterstützungs- und Entlastungsangebote aufgebaut werden und beispielsweise Leistungen der Pflegeversicherung verbessert werden. Der Sozialverband Deutschland e.V. ([www.sovd.de](http://www.sovd.de)) und der Sozialverband VdK e.V. ([www.vdk.de](http://www.vdk.de)) engagieren sich örtlich, landes- und bundesweit.

Viele Pflegende Angehörige gehören selbst schon zu den Senioren. Daher können auch Seniorenvertretungen oder Seniorenbeiräte gute Ansprechpartner sein. Sie setzen sich für ältere Menschen ein, sind politisch aktiv und bieten oft regelmäßige Sprechstunden an. Nähere Informationen bekommen Sie bei der Landesseniorenvertretung NRW ([www.lsv-nrw.de](http://www.lsv-nrw.de)) ●

**Wir nennen Ihre  
Ansprechpartner  
vor Ort.**

 **0800-220 4400**

(Mo. – Fr. von 10.00 – 12.00 Uhr)



## Frage **22**

*Ein Umzug ins Heim – eine gute Alternative*

Wie wird meine Mutter damit  
zurechtkommen?

Wie komme ich damit zurecht?

**Sie müssen  
frühzeitig  
darüber  
sprechen.**

Ein Umzug ins Heim (vollstationäre Pflegeeinrichtung) wird in der Regel umso besser verkräftet, je besser er vorbereitet ist. Selbst wenn Sie die Absicht haben, Ihre Mutter bis zu deren Tod zu Hause zu betreuen, sollten Sie einen vielleicht einmal unvermeidbaren Einzug in eine Pflegeeinrichtung mit Ihrer Mutter besprochen haben. Sie wissen im Vorfeld nicht, wie sich Ihre eigene Lebenssituation und die Unterstützungsbedürftigkeit Ihrer Mutter entwickeln. Sie können selbst krank werden und die Pflege zu Hause nicht mehr leisten können.

### *Wie finde ich eine gute Pflegeeinrichtung?*

Es ist wichtig, frühzeitig Wünsche und Bedürfnisse zu klären und sich dann auf die Suche zu machen. Pflegeheime werden geprüft und benotet ([www.pflegenoten.de](http://www.pflegenoten.de)). Es ist wichtig, sich nicht nur die Gesamtnote, sondern auch die Einzelbewertungen anzusehen. Damit haben Sie eine erste Einschätzung. Noch wichtiger ist aber der persönliche Eindruck. Fragen Sie im Freundeskreis oder in der Nachbarschaft nach Erfahrungen mit der Einrichtung. Schreiben Sie sich vor einem Besichtigungstermin Ihre Fragen auf, damit Sie nichts vergessen. Bei der Vorbereitung hilft Ihnen der Fragebogen der Weißen Liste ([www.weisseliste.de](http://www.weisseliste.de)).

Besuchen Sie nach Möglichkeit im Vorfeld auch Pflegeeinrichtungen zusammen mit Ihrer Mutter. Fragen Sie nach, ob es eine Gelegenheit zum Probewohnen gibt. Auch die Kurzzeitpflege ist eine gute Möglichkeit, eine Pflegeeinrichtung kennenzulernen. Besprechen Sie mit Ihrer Mutter, welche Einrichtung ihr im „Fall des Falles“ am besten zusagen würde.

Wenn Sie sich irgendwann dafür entscheiden müssen, Ihre Mutter in einer Pflegeeinrichtung pflegen zu lassen, ist dieser Schritt keinesfalls persönliches Versagen. Die Pflegekräfte werden sich ebenfalls gut und fürsorglich um Ihre Mutter kümmern.

Bedenken Sie: Manchmal ist es für alle Beteiligten die beste Lösung. Für die Pflege ist gesorgt, und Sie können sich entspannter um Ihre Mutter kümmern und unbeschwerter Zeit mit ihr verbringen ●



## Frage **23**

*Wenn die Rente nicht ausreicht*

# Wer bezahlt die Kosten für eine Pflegeeinrichtung?

**Vermögen und Einkommen des Pflegebedürftigen spielen eine Rolle.**

Die Kosten einer vollstationären Pflegeeinrichtung werden bestritten aus den Mitteln der Pflegeversicherung, aus dem Einkommen und Vermögen des Pflegebedürftigen und in bestimmten Fällen in Nordrhein-Westfalen auch noch durch ein landesgesetzliches Pflegewohngeld. Dieses wird dann für den Pflegebedürftigen von der Einrichtung beim Träger der Sozialhilfe beantragt, wenn dessen eigenes Geld nicht ausreichend ist, um auch noch die sogenannten „Investitionskosten“ zu tragen.

Reichen die Leistungen der Pflegekasse, das Einkommen und ggf. vorhandene Vermögen und das Pflegewohngeld immer noch nicht zur Bezahlung der monatlichen Gesamtkosten der Einrichtung aus, übernimmt das Sozialamt die verbleibenden ungedeckten

Kosten. Das Sozialamt überprüft dann routinemäßig die Einkommens- und Vermögensverhältnisse des Ehepartners/der Ehepartnerin und die der Kinder. Nur wenn bestimmte Einkommens- und Vermögensgrenzen überschritten werden, müssen Kinder oder Ehepartner Unterhalt zahlen. Die Einkommensgrenzen sind dabei nicht absolut festgelegt, sondern richten sich nach den Lebensverhältnissen des Unterhaltsverpflichteten. Die Vermögensfrei-grenzen sind regional unterschiedlich von den Sozialhilfeträgern festgelegt. Ein selbst bewohntes Einfamilienhaus oder eine Eigentumswohnung in angemessener Größe werden nicht angetastet.

Zur Unterhaltsverpflichtung von Angehörigen kann ohne umfangreiche Prüfung aller Einkommens- und Vermögensnachweise der Betroffenen des konkreten Einzelfalls keine verbindliche Auskunft gegeben werden. Für Fragen zu diesem Thema ist das Sozialamt am Wohnort des/der Pflegebedürftigen zuständig.

Um in Nordrhein Westfalen Pflegegeld zu erhalten, darf die pflegebedürftige Person nur ein Vermögen von unter 10.000,- Euro besitzen. Dies gilt gleichermaßen für Alleinstehende und Ehepaare.

Ein Einkommens- und Vermögensvorbehalt gilt für die etwaige Übernahme der Kosten durch das Sozialamt. Es übernimmt laufende Kosten nur, wenn die Rente nicht ausreicht. Der Pflegebedürftige darf nicht mehr als 2.600,- Euro Ersparnisse haben. Für Ehepaare gilt eine Grenze von 3.214,- Euro.

### **Leistungen der Pflegeversicherung für Stationäre Pflege**

<b>monatl./Pflegesatz</b>		<b>monatl./Pflegesatz</b>	
<i>Pflegestufe I</i>	1.023,- Euro	<i>Pflegestufe III</i>	1.550,- Euro
<i>Pflegestufe II</i>	1.279,- Euro	<i>Besondere Härtefälle (schwerste Pflegebedürftigkeit)</i>	1.918,- Euro



## Frage **24** *Der letzte Abschied*

### Wird Mutter zu Hause sterben?

Wir alle wissen, dass wir dem Tod nicht ausweichen können, und doch denken wir nicht gerne darüber nach. Wenn wir aber diesen Gedanken zulassen, erleben wir viele unterschiedliche Gefühle. Nach einer oft längeren Zeit der Pflege möchten Sie wohl auch die letzten Wochen, Tage und Stunden bei Ihrer Mutter sein, ihr Trost und Liebe schenken und sich in Würde verabschieden können. Da sind aber auch Gefühle von Unsicherheit und Angst wie „kann ich das zu Hause schaffen?“ oder „ich kann mir gar nicht vorstellen, dass meine Mutter nicht mehr da ist“. Sicherlich ist auch der Gedanke da, dass der Tod eine Erlösung für die Mutter und auch für Sie als Pflegenden Angehörige sein könnte.

Auch wenn es sehr schwerfällt, machen Sie sich früh Gedanken über dieses Thema. Wenn es möglich ist, sprechen Sie mit Ihrer Mutter darüber, was ihr wichtig ist. Eine Vollmacht und besonders eine Patientenverfügung werden später sehr hilfreich sein.

Gut ist es, wenn diese Dinge mit dem Hausarzt besprochen sind, und in vielen Städten gibt es ein sehr gut ausgebautes Netz an Hilfen im Hospizbereich. Es kann sinnvoll sein, sich in dieser Phase die Unterstützung eines Pflegedienstes mit einem sogenannten Palliativ-Schwerpunkt nach Hause zu holen. Auch die intensiv geschulten Ehrenamtlichen der Hospizbewegung haben ein offenes Ohr für alle Fragen und können Sie bei der Sterbebegleitung zu Hause unterstützen. Adressen und Telefonnummern finden Sie im Telefonbuch oder auch in der Tageszeitung.

Es gibt aber auch Situationen, da geht es zu Hause nicht mehr. In diesem Fall kann die Aufnahme in ein stationäres Hospiz für alle Beteiligten sehr entlastend sein. Machen Sie einfach mal einen Besuch in einem Hospiz, damit Sie sich vorstellen können, wie es dort zugeht. Auch immer mehr vollstationäre Pflegeeinrichtungen bieten eine gute Sterbebegleitung an.

Wenn Ihre Mutter zu Hause verstorben ist, lassen Sie sich Zeit für den Abschied. Ein Arzt, am besten der Hausarzt, muss verständigt werden und den Tod bescheinigen. Dann haben Sie bis zu 72 Stunden Zeit, bevor Ihre Mutter von einem Bestatter abgeholt sein muss. In diesen Stunden können Sie und alle, denen es wichtig ist, sich am Bett in der gewohnten Umgebung verabschieden.

Nach der Beerdigung werden Sie einige Zeit brauchen, um wieder ins Leben zu kommen. Geben Sie sich diese Zeit. Gespräche im Familien- und Freundeskreis helfen. Wenn Sie das Gefühl haben, nicht aus der Trauer herauszufinden, suchen Sie sich eine Trauergruppe, da das Gespräch mit anderen Trauernden hilfreich ist.

### *Die Hospizbewegung – weitere Informationen*

Die Hospizbewegung hat sich zum Ziel gesetzt, sterbenskranke Menschen in der letzten Lebensphase zu begleiten und die Angehörigen zu unterstützen. Auch sollen die Themen Sterben, Tod und Trauer in unserer Gesellschaft mehr Berücksichtigung finden. Die Menschen sollen möglichst zu Hause in ihrer gewohnten

Umgebung sterben können. Dafür steht vor allem die ambulante Hospizbewegung.



In einem stationären Hospiz können Menschen sein, die aus unterschiedlichen Gründen nicht mehr in ihrer häuslichen Umgebung leben und begleitet werden können.

In Palliativstationen der Krankenhäuser werden Menschen mit einer fortgeschrittenen unheilbaren Krankheit zeitweise behandelt und gepflegt. Mit ganzheitlichen und persönlich

ausgerichteten Behandlungsmaßnahmen sollen Schmerzen gelindert und Krankheiten erträglicher gemacht werden. Ziel der Palliativversorgung ist, schwerkranken Menschen eine möglichst hohe Lebensqualität an ihrem Lebensende zu ermöglichen.

Relativ jung ist das Angebot der sogenannten spezialisierten ambulanten Palliativbetreuung. Sie soll es Menschen mit einer unheilbaren fortschreitenden Krankheit ermöglichen, bis zu ihrem Lebensende in der vertrauten häuslichen Umgebung

zu bleiben. Um dies zu erreichen, arbeiten in der ambulanten Palliativbetreuung viele Fachkräfte zusammen, was regional unterschiedlich gestaltet wird: beispielsweise werden spezialisierte Palliativärzte und Pflegedienste ergänzt durch Sozialarbeiter, Psychologen, Seelsorger und die Mitarbeit von ambulanten Hospizdiensten. Im Rahmen dieser Betreuung werden die Patienten medizinisch und pflegerisch beraten und begleitet. Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.wegweiser-hospiz-und-palliativmedizin.de](http://www.wegweiser-hospiz-und-palliativmedizin.de) oder  
[www.hospiz.net](http://www.hospiz.net) ●

## Information und Pflegeberatung vor Ort

In allen Städten und Kreisen in Nordrhein-Westfalen gibt es entweder Pflegestützpunkte und/oder Pflegeberatungsstellen. Sie sind die wohnortnahen Anlaufstellen, die alte und pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige umfassend und unabhängig zu allen Fragen rund um die Pflege und um das Alter beraten. Die Beratung ist kostenlos.

Leider können wir nicht die Adressen sämtlicher Pflegeberatungsstellen aufnehmen. Sofern Sie in einer kreisangehörigen Gemeinde wohnen, fragen Sie bei der Pflegeberatungsstelle Ihrer Kreisstadt nach, wo es bei Ihnen vor Ort eine Pflegeberatungsstelle gibt. Denn die meisten Kreise bieten Pflegeberatung auch in den kreisangehörigen Gemeinden an.

Das Ministerium für Gesundheit Emanzipation Pflege und Alter bietet eine Datenbank mit den Adressen im Internet an: [www.mgepa.nrw.de](http://www.mgepa.nrw.de) (Pflege/ Ratgeber/ Wohn- & Pflegeberatung/ Pflegeberatung)

Im folgenden Informationsteil können Sie Adressen der Pflegestützpunkte/ Pflegeberatungsstellen nachschlagen. Zusätzlich finden Sie Adressen der Demenz-Servicezentren ([www.demenz-service-nrw.de](http://www.demenz-service-nrw.de)) sowie von einigen weiteren wichtigen Ansprechstellen (ab Seite 85).

## Aachen

### **Pflegestützpunkt NRW**

im Haus der Städte  
Region Aachen  
Zollernstr. 10  
52070 Aachen  
Telefon  
(02 41) 51 98-50 65  
(02 41) 51 98-50 67

### **Pflegestützpunkt NRW**

bei der AOK  
Rheinland/Hamburg  
Karlshof am Markt  
52062 Aachen  
Telefon  
(02 41) 4 64-118

### **Pflegestützpunkt NRW**

bei der AOK  
Rheinland/Hamburg  
Frankentalstr. 16  
52222 Stolberg  
Telefon  
(0 24 02) 10 41 25

## Bielefeld

### **Pflegeberatung**

Niederwall 23  
33602 Bielefeld  
Telefon  
(05 21) 51-25 63  
(05 21) 51-26 29

## Bochum

### **Informations- und Pflegeberatungsbüro**

Gustav-Heinemann-  
Platz 2-6  
44777 Bochum  
Telefon  
(02 34) 9 10-28 44  
(02 34) 9 10-28 22  
(02 34) 9 10-28 32

## Bonn

### **Haus der Bonner Altenhilfe**

Senioren-, Wohn-,  
u. Pflegeberatung  
Flemingstr. 2  
53123 Bonn  
Telefon  
(02 28) 77 66 99

## Kreis Borken

### **Pflegeberatung**

Burloer Str. 93  
46325 Borken  
Telefon  
(0 28 61) 82 12 31

## Bottrop

### **Senioren- und Pflegeberatung im Sozialamt**

(im Kauflandgebäude )  
Berliner Platz 7  
46236 Bottrop  
Telefon  
(0 20 41) 70 43 91

### **Pflegestützpunkt NRW**

bei der Knappschaft  
Hochstr. 24  
46236 Bottrop  
Telefon  
(0 20 41) 7 25 00-542

## Kreis Coesfeld

### **Pflegeberatung**

Schützenwall 18  
48653 Coesfeld  
Telefon  
(0 25 41) 18-55 20  
(0 25 41) 18-55 21

## Dortmund

### **Pflegestützpunkt NRW**

bei der Stadt Dortmund  
Kleppingstr. 26  
44135 Dortmund  
Telefon  
(02 31) 50 25-7 27

## Adressen

### **Pflegestützpunkt NRW**

bei der AOK NordWest  
Königswall 25-27  
44137 Dortmund  
Telefon  
(02 31) 91 58-139  
(02 31) 91 58-475

### **Pflegestützpunkt NRW**

bei der Knappschaft  
Hansastr. 95  
44137 Dortmund  
Telefon  
(02 31) 90 63-668

### **Pflegestützpunkt NRW**

bei der IKK classic  
Semerteichstraße 50-52  
44141 Dortmund  
Telefon  
(02 31) 3 95 00 57

### **Duisburg**

#### **Städtische Senioren- und Pflegeberatung**

Nürnbergger Haus  
Schwanenstr. 5-7  
47051 Duisburg  
Telefon  
(02 03) 2 83 27 31

### **Kreis Düren**

#### **Pflegeberatungsstelle/ Pflegestützpunkt NRW**

Bismarckstr. 16  
52351 Düren  
Telefon  
(0 24 21) 22-15 19  
(0 24 21) 22-15 17

### **Pflegestützpunkt NRW**

bei der AOK  
Rheinland/Hamburg  
Promenadenstr. 1-3  
52428 Jülich  
Telefon  
(0 24 61) 68 22 99

### **Düsseldorf**

#### **Das Pflegebüro**

Willi-Becker-Allee 8  
40227 Düsseldorf  
Telefon  
(02 11) 8 99 89 98

### **Ennepe-Ruhr-Kreis**

#### **Pflegeberatung**

Hauptstr. 92  
58332 Schwelm  
Telefon  
(0 23 36) 93 24 80

### **Essen**

#### **Pflegestützpunkt NRW**

im Hause der  
Stadt Essen  
Steubenstr. 53  
45138 Essen  
Telefon  
(02 01) 88-5 00 89

### **Pflegestützpunkt NRW**

im Hause der AOK  
Rheinland/Hamburg  
Jägerstr. 25  
45127 Essen  
Telefon  
(02 01) 20 11-750

### **Pflegestützpunkt NRW**

im Hause  
der Novitas BKK  
Kurfürstenstr. 58  
45138 Essen  
Telefon  
(02 01) 4 32-16 80

### **Pflegestützpunkt NRW**

im Hause der  
Knappschaft  
Heinickestr. 31  
45128 Essen  
Telefon  
(02 01) 17 59-281

**Kreis Euskirchen**

**Pflegestützpunkt NRW**

im Kreishaus  
Euskirchen  
Zentrales Informations-  
büro Pflege  
Jülicher Ring 32  
53879 Euskirchen  
Telefon  
(0 22 51) 15-5 21  
(0 22 51) 15-9 27

**Pflegestützpunkt NRW**

im Hause der AOK  
Rheinland/Hamburg  
Kaplan-Kellermann-  
Str. 6-10  
53879 Euskirchen  
Telefon  
(0 22 51) 7 03-1 17  
(0 22 51) 7 03-2 09

**Gelsenkirchen**

**Pflegestützpunkt NRW**

der Stadt Gelsenkirchen  
Vattmannstr. 2-8  
45879 Gelsenkirchen  
Telefon  
(02 09) 169 38 00  
(02 09) 169 38 01

**Pflegestützpunkt NRW**

bei der AOK  
NordWest  
Maelostr. 8  
45879 Gelsenkirchen  
Telefon  
(02 09) 3 60 21 03

**Kreis Gütersloh**

**Koordination**

**Pflegeberatung**

Herzebrocker  
Straße 140  
33334 Gütersloh  
Telefon  
(0 52 41) 85 23 03

**Hagen**

**Pflege- und  
Wohnberatung**

Berliner Platz 22  
58089 Hagen  
Telefon  
(0 23 31) 207-57 00

**Hamm**

**Pflegeberatung**

Amtsstraße 19  
59073 Hamm  
Telefon  
(0 23 81) 17 66 16  
(0 23 81) 17 66 17

**Kreis Heinsberg**

**Pflegeberatungsstelle**

Valkenburger Straße 45  
52525 Heinsberg  
Telefon  
(0 24 52) 13-50 63  
(0 24 52) 13-50 13

**Pflegestützpunkt NRW**

Im Hause der AOK  
Rheinland/Hamburg  
Geilenkirchener Str. 2  
52525 Heinsberg  
Telefon  
(0 24 52) 1 81-3 00

**Kreis Herford**

**Aufsuchende  
Pflegeberatung**

Amtshausstraße 3  
32051 Herford  
Telefon  
(0 52 21) 13-12 29

**Pflegestützpunkt NRW**

im Haus der AOK  
NordWest  
Kurfürstenstr. 3-7  
32052 Herford  
Telefon  
(05221) 5 94-401  
(05221) 5 94-402  
(05221) 5 94-403

## Adressen

### **Pflegestützpunkt NRW**

im Haus der BKK  
Herford Minden  
Ravensberg  
Am Kleinbahnhof 5  
32051 Herford  
Telefon  
(0 52 21) 10 26-400

### **Pflegestützpunkt NRW**

Im Haus der  
Vereinigten IKK classic  
Bahnhofstr. 56  
32257 Bünde  
Telefon  
(0 52 23) 18 39-738

### **Herne**

#### **Pflegestützpunkt NRW**

Städtische Senioren-  
beratungsstelle  
Flora Marzina  
Hauptstraße 360  
44649 Herne  
Telefon  
(0 23 23) 16 30-81

#### **Städtische Senioren- beratungsstelle Herne**

Schulstraße 16  
44623 Herne  
Telefon  
(0 23 23) 16 16-45

### **Pflegestützpunkt NRW**

bei der Knappschaft  
Bahn See  
Westring 219  
44629 Herne  
Telefon  
(0 23 23) 1 40-613

### **Pflegestützpunkt NRW**

bei der AOK NordWest  
Hermann-Löns-Str. 54  
44623 Herne  
Telefon  
(0 23 23) 1 44-2 65

### **Hochsauerlandkreis**

#### **Pflege- und Wohnberatung**

Steinstraße 27  
59872 Meschede  
Telefon  
(02 91) 94 11 11

### **Kreis Höxter**

#### **Pflegeberatung**

Moltkestraße 12  
37671 Höxter  
Telefon  
(0 52 71) 9 65-31 31  
(0 52 71) 9 65-31 05

### **Kreis Kleve**

#### **Koordination**

#### **Pflege/Altenhilfe**

Nassauer Allee 15-23  
47533 Kleve  
Telefon  
(0 28 21) 85-8 00  
(0 28 21) 85-1 00  
(0 28 21) 85-3 41

### **Köln**

#### **Zentrales Beratungs- telefon für Senioren und Menschen mit Behinderung**

Kalker Hauptstraße  
247-273  
51103 Köln  
Telefon  
(02 21) 2 21-2 74 00

### **Krefeld**

#### **Pflegeberatung und Altenhilfe**

Carl-Wilhelm-Straße 31  
47798 Krefeld  
Telefon  
(0 21 51) 86 31 16

## **Pflegestützpunkt NRW**

der Stadt Krefeld  
Virchowstraße 128,  
47805 Krefeld  
Telefon  
(0 21 51) 86 29 24

## **Pflegestützpunkt NRW**

bei der Pronova BKK  
Rheinuferstr. 7-9  
47829 Krefeld  
Telefon  
(0 21 51) 4 47 90-31 39

## **Pflegestützpunkt NRW**

bei der AOK  
Rheinland/Hamburg  
Friedrichstr. 27-31  
47798 Krefeld  
Telefon  
(0 21 51) 8 56-2 99

## **Leverkusen**

### **Pflege- und Wohnberatungsstelle**

Miselohestraße 4  
51379 Leverkusen  
Telefon  
(02 14) 4 06-50 58  
(02 14) 4 06-50 68

## **Kreis Lippe**

**Pflegeberatung**  
Felix-Fechenbach-Str. 5  
32756 Detmold  
Telefon  
(0 52 31) 62-4 46

## **Pflegestützpunkt NRW**

im Haus der  
AOK NordWest  
Wiesenstraße 22  
32756 Detmold  
Telefon  
(0 52 31) 76 03-3 02  
(0 52 31) 76 03-3 03

## **Märkischer Kreis**

**Pflegeberatung**  
Bimarckstr. 17  
58762 Altena  
Telefon  
(0 23 52) 9 66-77 77

## **Kreis Mettmann Koordination Wohn- u. Pflegeberatung**

Düsseldorfer Straße 47  
40822 Mettmann  
Telefon  
(0 21 04) 99-23 75  
(0 21 04) 99-21 32

## **Pflegestützpunkt NRW**

bei der AOK  
Rheinland/Hamburg  
Neanderstr. 16  
40822 Mettmann  
Telefon  
(0 21 04) 97 83 03

## **Kreis Minden- Lübbecke**

### **Behinderten- und Seniorenbelange**

Portastraße 13  
32423 Minden  
Telefon  
(05 71) 8 07-22 87

## **Mönchengladbach Pflegestützpunkt NRW**

bei der Stadt  
Mönchengladbach  
Fliethstraße 86-88  
41061  
Mönchengladbach  
Telefon  
(0 21 61) 25-67 25

## Adressen

### **Pflegestützpunkt NRW**

bei der AOK  
Rheinland/Hamburg  
und TKK  
Dahlener Str. 69-77  
41239  
Mönchengladbach  
Telefon  
(0 21 66) 1 44-54 91

### **Mülheim/Ruhr**

#### **Pflegestützpunkt NRW**

Kommunaler  
Sozialer Dienst  
Bülowstraße 104-110  
45479 Mülheim  
an der Ruhr  
Telefon  
(02 08) 4 55-50 55

#### **Pflegestützpunkt NRW**

AOK  
Rheinland/Hamburg  
Friedrich-Ebert-  
Straße 65  
45468 Mülheim a.d. Ruhr  
Telefon  
(02 08) 45 03 02 24

### **Münster**

#### **Pflegestützpunkt NRW**

Sozialamt –  
Informationsbüro Pflege  
Gasselstiege 13  
48159 Münster  
Telefon  
(02 51) 4 92-50 50

#### **Pflegestützpunkt NRW**

im Hause der  
AOK NordWest  
Königsstraße 18-20  
48143 Münster  
Telefon  
(02 51) 5 95-700

### **Rhein-Kreis Neuss**

#### **Pflegeberatung des Rhein-Kreis Neuss**

#### **im Seniorenforum der Stadt Neuss**

Oberstr. 108  
41460 Neuss  
Telefon  
(0 21 31) 90-50 99

### **Oberbergischer Kreis**

#### **Koordination der Senioren- und Pflegeberatung**

Amt für Soziale  
Angelegenheiten  
Moltkestraße 42  
51643 Gummersbach  
Telefon  
(0 22 61) 88 50 03

### **Oberhausen**

#### **Pflegeberatungsstelle**

Elly-Heuss-Knapp-  
Straße 1-3  
46145 Oberhausen  
Telefon  
(02 08) 6 99-65 47  
(02 08) 6 99-65 14

### **Kreis Olpe**

#### **Pflegestützpunkt NRW**

im Haus der AOK  
NordWest  
Winterbergstr. 19  
57462 Olpe  
Telefon  
(0 27 61) 87-242  
(0 27 61) 87-177

## **Pflegestützpunkt NRW**

im Haus der  
Knappschaft  
Heinrich-Cordes-Platz 4  
57368 Lennestadt  
Telefon  
(0 27 23) 7 19 25 26

## **Pflegestützpunkt NRW**

im Haus der  
IKK classic  
Kurfürst-Heinrich-Str. 13  
57462 Olpe  
Telefon  
(0 27 61) 8 36 78 02

## **Kreis Paderborn Fachbereich Soziales – Pflegeberatung**

Aldegrevor Straße 10-14  
33102 Paderborn  
Telefon  
(0 52 51) 3 08-4 06

## **Kreis Recklinghausen Beratungs- u. Infocenter Pflege (BIP)**

Kurt-Schumacher-  
Allee 1  
45657 Recklinghausen  
Telefon  
(0 23 61) 53-26 39  
(0 23 61) 53-23 26  
(0 23 61) 53-20 26

## **Remscheid**

**Pflegeberatung**  
Alleestraße 66  
42853 Remscheid  
Telefon  
(0 21 91) 16-27 40  
(0 21 91) 16-27 44

## **Rhein-Erft-Kreis Koordinierungsstelle der Pflegeberatung**

Willy-Brandt-Platz 1  
50126 Bergheim  
Telefon  
(0 22 71) 83 25 64

## **Rheinisch-Bergischer Kreis Koordinationsstelle für Altenhilfe und Pflegeplanung**

Refrather Weg 30  
51469 Bergisch  
Gladbach  
Telefon  
(0 22 02) 13 29 00  
(0 22 02) 13 64 74

## **Rhein-Sieg-Kreis Koordinierungsstelle Pflege**

Kaiser-Wilhelm-Platz 1  
53721 Siegburg  
Telefon  
(0 22 41) 13-32 48  
(0 22 41) 13-23 79

## **Kreis Siegen- Wittgenstein Leben und Wohnen im Alter Senioren- und Pflegeberatung**

Bismarckstr. 45  
57076 Siegen  
Telefon  
(02 71) 3 33 27 20

## **Kreis Soest Sozialplanung**

Hoher Weg 1-3  
59494 Soest  
Telefon  
(0 29 21) 30 29 35

## **Solingen Pflegeberatungsstelle**

Rathausplatz 1  
Neues Rathaus  
42651 Solingen  
Telefon  
(02 12) 2 90-52 92

## Adressen

### Kreis Steinfurt

#### Gesundheitsamt

Tecklenburger  
Straße 10  
48565 Steinfurt  
Telefon  
(0 25 51) 69-28 20  
(0 25 51) 69-28 57

#### Pflegestützpunkt NRW

beim Kreis Steinfurt  
Münsterstr. 55  
48431 Rheine  
Telefon  
(0 59 71) 1613 11 98

#### Pflegestützpunkt

**NRW** bei der AOK  
NordWest  
Alexander-König-Str. 17  
48565 Steinfurt  
Telefon  
(0 25 51) 1 62 99

#### Pflegestützpunkt NRW

bei der Knappschaft  
Weberstr. 74-104  
49477 Ibbenbüren  
Telefon  
(0 54 51) 44 37 11

### Kreis Unna

#### Pflegestützpunkt NRW

Kamen  
Nordenmauer 18  
59174 Kamen  
Telefon  
(0 23 07) 2 89 90 60

#### Pflegestützpunkt NRW

im Haus der AOK  
NordWest  
Märkische Straße 2  
59423 Unna  
Telefon  
(0 23 03) 20 11 35

#### Pflegestützpunkt NRW

im Haus der  
Knappschaft  
Arndtstraße 4  
44534 Lünen  
Telefon  
(0 23 06) 70 03-91  
(0 23 06) 70 03-92

### Kreis Viersen

#### Beratungsstellen in den Rathäusern aller Städte und Gemeinden des Kreises

Koordinierung:  
Kreissozialamt  
Rathausmarkt 3  
41747 Viersen  
Telefon  
(0 21 62) 39-16 02

#### Pflegestützpunkt NRW

beim Kreis Viersen  
Königsallee 30  
41747 Viersen  
Telefon  
(0 21 62) 10 17 25

#### Pflegestützpunkt NRW

bei der AOK  
Rheinland/Hamburg  
Von-Loe-Str. 24-26  
47906 Kempen  
Telefon  
(0 21 52) 91 30

**Kreis Warendorf**

**Pflege- und  
Wohnberatung**

Waldenburger Straße 2  
48231 Warendorf  
Telefon  
(0 25 81) 53 50 26  
(0 25 81) 53 50 27  
(0 25 81) 53 50 28  
(0 25 81) 53 50 29

**Kreis Wesel**

**Beratungsstellen in  
den Rathäusern aller  
Städte und Gemeinden  
des Kreises**

Koordinierung:  
Kreis Wesel  
Fachbereich Soziales  
Reeser Landstr. 31  
46483 Wesel  
Telefon  
(02 81) 2 07-23 55

**Wuppertal**

**Pflegestützpunkt NRW**

bei der Stadt Wuppertal  
Friedrich-Engels-  
Allee 76  
42285 Wuppertal  
Telefon  
(02 02) 2 52 22 25

**Pflegestützpunkt NRW**

bei der AOK  
Rheinland/Hamburg  
Bundesallee 265  
42103 Wuppertal  
Telefon  
(02 02) 48 23 18

**Pflegestützpunkt NRW**

bei der Barmer GEK  
Geschwister-Scholl-  
Platz 9-11  
42275 Wuppertal  
Telefon  
(08 00) 33206073 16-66  
(08 00) 33206073 16-64  
(08 00) 33206073 16-82

**Demenz-  
Servicezentren**

**Demenz-  
Servicezentrum  
Münsterland**

Wilhelmstraße 5  
59227 Ahlen  
Telefon  
(0 23 82) 94 09 97 10

**Demenz-  
Servicezentrum  
Regio Aachen/Eifel**

Bahnhofstraße 36-38  
52477 Alsdorf  
Telefon  
(0 24 04) 94 83 47

**Demenz-  
Servicezentrum  
für die Region  
Ostwestfalen-Lippe**

Detmolder Straße 280  
33605 Bielefeld  
Telefon  
(05 21) 92 16-4 59  
(05 21) 92 16-4 56

## Adressen

### **Demenz-Servicezentrum Ruhr**

Universitätsstraße 77  
44789 Bochum  
Telefon  
(02 34) 33 77 72

### **Demenz-Servicezentrum für die Region Dortmund**

Kleppingstr. 26  
44135 Dortmund  
Telefon  
(02 31) 5 02 56 94

### **Demenz-Servicezentrum für die Region Düsseldorf**

Willi-Becker-Allee 8  
40227 Düsseldorf  
Telefon  
(02 11) 89-2 22 28  
(02 11) 89-2 22 24  
(02 11) 89-2 22 29

### **Demenz-Servicezentrum Westliches Ruhrgebiet**

Schwanenstrasse 3-7  
47051 Duisburg  
Telefon  
(02 03) 2 98 20-16  
(02 03) 2 98 20-17

### **Demenz-Servicezentrum für die Region Köln und das südliche Rheinland**

Kölner Straße 64  
51149 Köln  
Telefon  
(0 22 03) 36 91-1 11 70  
(0 22 03) 36 91-1 11 71

### **Demenz-Servicezentrum für die Region Münster und das westliche Münsterland (Münster)**

Josefstraße 4  
48151 Münster  
Telefon  
(02 51) 5 20-2 44  
(02 51) 5 20-2 65

### **Demenz-Servicezentrum Bergisches Land**

Remscheider Str. 76  
42899 Remscheid  
Telefon  
(0 21 91) 12-12 12  
(0 21 91) 12-18 03

### **Demenz-Servicezentrum für die Region Niederrhein**

Herzogenring 6  
46483 Wesel  
Telefon  
(02 81) 3 38 76-15

### **Demenz-Servicezentrum für die Region Südwestfalen (Siegen)**

Eremitage 9  
57234 Wilnsdorf  
Telefon  
(02 71) 23 41 78-17

### **Demenz-Servicezentrum für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte**

Paulstraße 4  
45889 Gelsenkirchen  
Telefon  
(02 09) 6 04 83-20  
(02 09) 6 04 83-28  
(02 09) 6 04 83-29

## Alzheimer-gesellschaft

### Landesverband der Alzheimer-gesellschaften

Nordrhein-Westfalen  
Bergische Landstraße 2  
40629 Düsseldorf  
Telefon  
(02 11) 24 08 69 10

## Selbsthilfe

### KOSKON NRW

Koordination für  
Selbsthilfe in  
Nordrhein-Westfalen  
Friedhofstraße 39  
41236 Mönchengladbach  
Telefon  
(021 66) 24 85 67

## Wohnberatung

### Landesarbeits-gemeinschaft Wohnberatung NRW

c/o Verein für Gemein-wesen und Sozialarbeit  
Kreuzviertel e.V.  
Kreuzstraße 61  
44139 Dortmund  
Telefon  
(02 31) 12 46 76

## Handeln statt Misshandeln

### Bonner Initiative gegen Gewalt im Alter e.V.

Goetheallee 51  
53225 Bonn  
Telefon  
(02 28) 69 68 68

## Menschen mit Behinderung

### Kompetenzzentren selbstbestimmt leben (KSL) NRW

**KSL Rheinland**  
Zentrum für selbstbestimmtes Leben Köln  
An der Bottmühle 2  
50678 Köln  
Telefon:  
(0221) 32 22 90

**KSL Westfalen**  
Mobile e.V.  
Selbstbestimmtes Leben Behinderter e.V.  
Roseggerstr. 36  
44137 Dortmund  
Telefon  
(02 31) 91 28-375  
(02 31) 91 28-376

## Der Beauftragte der Landesregierung für die Belange der Menschen mit Behinderung

Norbert Killewald  
Ministerium für Arbeit, Integration und Soziales NRW  
Fürstenwall 25  
40219 Düsseldorf  
Telefon  
(02 11) 8 55-30 08

## Angebote für Patienten

### Unabhängige Patientenberatung (UPD)

(Mo-Fr 10-18 Uhr)  
Gebührenfrei:  
(08 00) 0 11 77 22

## Die Beauftragte der Landesregierung Nordrhein-Westfalen für Patientinnen und Patienten

Dr. Eleftheria Lehmann  
Gesundheitscampus 9  
44801 Bochum  
Telefon  
(02 34) 9 15 35-19 40

# Unsere **kostenlosen** Informationsmaterialien!

Bestellen Sie weitere Exemplare dieser Broschüre für Familie, Freunde oder andere Interessenten.

## **Bestelladresse:**

Landesstelle Pflegende Angehörige NRW  
Domplatz 1-3, Dienstgebäude Geisbergweg  
48143 Münster  
Tel.: (02 51) 4 11 33 22 Fax: (02 51) 41 18 33 22  
Mail: info@LPFA-nrw.de

Viele weitere Tipps und Informationen finden Sie auf unserer Internetseite: [www.LPFA-nrw.de](http://www.LPFA-nrw.de)



## **Ihr Pflegetagebuch**

mit vielen Informationen. Übersichtliche Formulare zum Ausfüllen helfen Ihnen, Ihren Pflegeeinsatz zu dokumentieren und sich auf die Begutachtung durch den MDK vorzubereiten.



Gebührenfreies Service-Telefon

**08 00-2 20 44 00**

(Mo. – Fr. von 10.00 – 12.00 Uhr)



## Checkliste

### „Schritt für Schritt zur häuslichen Pflege“

Dieses Falblatt zeigt Ihnen im Sinne einer „Checkliste“, welche Schritte zu erledigen sind, wenn ein Angehöriger pflegebedürftig wird. Sie zeigt Ihnen, was Sie tun müssen im „Fall des Falles“, wen Sie fragen können, und – sehr wichtig – wonach Sie fragen müssen. Sie kann zusätzlich in **folgenden Sprachen** bestellt werden:

- türkisch • russisch • polnisch • serbisch • bosnisch • kroatisch



## Checkliste

### „Krankenhaus – was nun“?

Mit diesem Falblatt haben Sie alle wichtigen Informationen rund um den Krankenhausaufenthalt. Es zeigt Ihnen im Sinne einer „Checkliste“, welche Schritte vor einer Aufnahme oder bei einer Entlassung zu erledigen sind.



# Angehörige pflegen

– Zeitschrift für die Pflege zu Hause

*Angehörige pflegen* ist die Zeitschrift für pflegende Angehörige. Sie berichtet über aktuelle Entwicklungen im Pflegemarkt und zeigt Lösungen auf, wie die gesellschaftlich sehr wichtige Aufgabe der Pflege von Familienmitgliedern bestmöglich gemeistert werden kann. *Angehörige pflegen* erhalten Sie kostenlos bei Ihrem Sanitätshaus (vorausgesetzt Ihr Sanitätshaus ist Mitglied des Bundesverbandes des Sanitätsfachhandels e.V.), in den Geschäftsstellen der Barmer GEK und bei der Unfallkasse NRW. Bei direkter Anforderung des Heftes beim Bibliomed-Verlag müssen wir Ihnen für bis zu 50 Exemplaren insgesamt 5,- Euro für den Versand in Rechnung stellen.

**Bibliomed**  
Medizinische Verlagsgesellschaft mbH

Weitere Informationen: Pflege e.V., Salzufer 6, 10587 Berlin, Telefon: (030) 21 91 57 20,  
E-Mail: [info@stiftung-pflege.de](mailto:info@stiftung-pflege.de)





### **Fotonachweise:**

S. 54: AWO-WW/Oligmüller

#### Bildagentur I-Stock:

S. 4: Ann Marie Kurtz, S. 12: Rebecca Ellis

S. 15: Nikolay Mamluke, S. 16: MikLav

S. 20 piccerella, S. 23: Andreas Balcazar

S. 24: Alexander Raths,

S. 26: Alexander Raths, S. 28: Annett Vauteck

S. 30: Sharon Dominick

S. 32: iofoto, S. 36: Lisa F. Young

S. 44: Michel de Nijs, S. 50: Leigh Schindler

S. 52: elkor, S. 60: Silvia Jansen

S. 64: Stephen Shockley

S. 68: Michelle Gibson

S. 70: eyewave

#### Bildagentur Fotolia:

S. 40: Peter Maszlen, S. 49: Peter Atkins

S. 58: Simon Kraus, S. 66: Marcel Mooij

S. 68: fotos4people, S. 74: Gorilla

#### Bildbearbeitung:

Heidemarie Bitzer Grafik, Köln

[www.bitzer-grafik.de](http://www.bitzer-grafik.de)



Gebührenfreies Service-Telefon

**08 00-2 20 44 00**

(Mo.–Fr. von 10.00–12.00 Uhr)



**Was ist, wenn ...?**

**24 Fragen zum Thema  
Häusliche Pflege**



Kuratorium  
Deutsche Altershilfe