



Menschenlieb.

Pflege mit Herz & Kompetenz

Der praktische Leitfaden für pflegende Angehörige

Pflegegeld & Co, Ihr gutes Recht,
Selbstfürsorge, Unterstützung



Sven Mensen,
Geschäftsführer

Die Pflege eines Angehörigen ist ein wahrer Kraftakt. Wichtig ist jedoch auch, dass Sie sich der Unterstützung und der Ansprüche bewusst sind, die Ihnen zur Verfügung stehen.

Manchen mag es trotz der permanenten Beanspruchung gelingen, emotionale Stabilität und Selbstachtsamkeit zu bewahren. Wenn Sie jedoch angesichts des Pflegeaufwandes und des damit verbundenen Stresses keine Zeit mehr für sich haben, sich und Ihr soziales Umfeld vernachlässigen, an sich zweifeln oder gar verzweifeln: **Dann ist Hilfe nicht nur ratsam, sondern dringend geboten.** Nur so können Sie eigene Belange wieder wahrnehmen und gesundheitliche und seelische Ressourcen aufrechterhalten.

Das bedeutet, dass man sich über Hilfsangebote der öffentlichen Hand, von Vereinen, Nachbarn oder Freunden nicht nur informieren, sondern diese auch annehmen darf!

Viele Hilfsangebote ermöglichen Ihnen als pflegende*r Angehörige*r wieder Freiräume, die Sie selbstbestimmt gestalten können. Das gibt Kraft zur Regeneration und stärkt das Selbstwertgefühl.

Eine Pflegeberatung, die Ihnen weiterhilft

Davon profitieren auch die **Pflegebedürftigen**, die nichts davon haben, wenn sich diejenigen, die sich liebevoll um sie kümmern, aufreiben und ihre Lebensenergie verlieren.

Wir haben Ihnen auf den folgenden Seiten eine kleine Zusammenfassung erstellt, die die wichtigsten finanziellen und praktischen Hilfen sowie einige rechtliche Aspekte kurz erläutert.

Ausführliche Informationen finden Sie auf unserer Website unter dem Menüpunkt „Angehörige“. Nutzen Sie weiter unser

kostenloses Pflegeberatungs-Angebot



Es gibt viele Möglichkeiten, Unterstützung im Alltag für Sie und Ihre Angehörigen zu erhalten – bei jedem Pflegegrad. Z.B.:

- Hilfe im Haushalt
- Betreuung in der Tagespflege
- Unterstützung in der Grundversorgung durch die ambulante Pflege
- Kurzzeitpflege
- stationäre Pflege und teilstationäre Tages- und Nachtpflege
- Verhinderungspflege als „Atempause“ oder „Urlaub“ von der Pflege
- 24-Stunden-Hausnotruf
- Homefit unterstützt Senior*innen dabei, gesund und selbstbestimmt im Alltag zu bleiben

Gerne zeigen wir Ihnen die Möglichkeiten in Ihrer persönlichen Situation auf. Sprechen Sie uns an.

Ihr*e Ansprechpartner*in für Beratung
info@menschenlieb.com · Tel. 04298 - 69 86 10

Leistungen, die Ihnen im Pflegefall zustehen



Mama

Hier finden
Sie alle Infos
ausführlich:



Pflegebedürftige mit Pflegegrad sollen selbst darüber entscheiden können, wie, wo und von wem sie gepflegt werden. Von einem professionellen Pflegedienst, von Angehörigen/Freund*innen oder auch von beiden. In jedem Fall gibt es finanzielle Unterstützung, wenn ein Pflegegrad festgestellt wurde.

Pflegegeld

Die Pflegeversicherung zahlt Pflegebedürftigen, wenn sie von Angehörigen oder Freunden versorgt werden, das sogenannte **Pflegegeld**. Voraussetzung für den Bezug ist, dass die häusliche Pflege sichergestellt ist und mindestens Pflegegrad 2 vorliegt. Über die Verwendung des Pflegegeldes kann frei verfügt werden. Das Pflegegeld kann auch mit ambulanten Pflegesachleistungen kombiniert werden. Die aktuellen Sätze finden Sie auf unserer Website.

Pflegesachleistungen

werden für die Inanspruchnahme eines ambulanten Pflegedienstes gezahlt. Sie können auch mit dem Pflegegeld kombiniert werden, wenn der ambulante Pflegedienst und Angehörige/Freunde sich die Pflege teilen.

Entlastungsbetrag

Das sind **aktuell 131,-Euro/Monat**, die zusätzlich zu allen anderen Leistungen gezahlt werden, wenn Pflegebedürftige zuhause gepflegt werden. Dafür können

z.B. der Besuch einer Tagespflege oder Hilfen für den Haushalt in Anspruch genommen werden.

Kurzzeit- und Verhinderungspflege

Wenn Pflege zu Hause vorübergehend nicht möglich ist oder pflegende Angehörige eine Auszeit brauchen, kann Unterstützung organisiert werden: zu Hause durch eine Ersatzpflege oder zeitweise in einer Pflegeeinrichtung. Dafür steht ab Pflegegrad 2 ein gemeinsames Jahresbudget von bis zu 3.539,- Euro zur Verfügung, das flexibel für Kurzzeit- und Verhinderungspflege genutzt werden kann.

Pflegeunterstützungsgeld

Dies ist eine **Entgeltersatzleistung**, wenn Sie für die Organisation einer plötzlichen

Pflege **bis zu 10 Tage unbezahlten Urlaub** nehmen müssen.

Leistungen bei vollstationärer Pflege

Bewohnerinnen und Bewohner vollstationärer Pflegeeinrichtungen erhalten zur Abmilderung der pflegebedingten Kosten einen „**Leistungszuschlag**“, dessen Höhe sich mit der Dauer des Aufenthalts in diesen Pflegeheimen erhöht.

Steuervergünstigungen

Vom Pflegepauschbetrag über Hilfsleistungen bis zu außergewöhnliche Belastungen – eine ganze Reihe von Pflegeaufwendungen können Sie von Ihren Steuern abziehen.

Pflegehilfsmittel (bei ambulanter Pflege)

Es gibt Pflegehilfsmittel zum Verbrauch

und Schutz der Pflegeperson sowie technische Pflegehilfsmittel, die den Alltag unterstützen. Dazu gehören auch digitale Pflegehilfen.

Für Pflegehilfsmittel, die zum Verbrauch bestimmt sind (wie Einmalhandschuhe/ Hände- und Flächendesinfektionsmittel, etc.), zahlt die Pflegekasse bis zu 42,- Euro im Monat.

Wohnraumanpassung / Barrierefreiheit

werden von den Kassen zum Teil mitfinanziert. Dazu gehören z.B.:

- Treppengeländer und Handläufe
- Treppenlift
- Rampe für Rollstuhlfahrer*innen
- Türenverbreiterungen
- Dusch- und Badewannensicherungen
- und einiges mehr



Hier finden
Sie alle Infos
ausführlich:



Wenn Sie berufstätig sind und ein Familienmitglied pflegebedürftig wird, gibt es verschiedene Unterstützungsmöglichkeiten, die Ihnen in dieser Situation helfen.

Arbeitsrechtliche Freistellung und Reduzierung der Arbeitszeit

Arbeitnehmer*innen können kurzfristig **10 Tage frei nehmen**, um die akut auftretende Pflege zu organisieren bzw. die pflegerische Versorgung in dieser Zeit zu gewährleisten. Es handelt sich aber nicht um einen bezahlten Urlaubsanspruch. Der Lohnausfall kann mit dem **Pflegeunterstützungsgeld** kompensiert werden.

Recht auf eine längerfristige Pflegezeit und Pflegezeit

Sie haben das Recht, sich in einem Pflegefall für bis zu sechs Monate von

der Arbeit freistellen zu lassen. In dieser Zeit werden weiterhin Beiträge zur Sozialversicherung, aber kein Lohn mehr gezahlt. Alternativ besteht die Möglichkeit, in Teilzeit zu arbeiten.

Recht auf Erholung

Pflegende Angehörige können sich stunden-, tage- oder wochenweise vertreten lassen, bis zu acht Wochen/Jahr. Eine vorherige Pflegezeit von sechs Monaten ist dafür nicht nötig. Wird Pflegegeld bezogen, kann dieses in der Auszeit anteilig weitergezahlt werden, solange die Vertretung unter 8 Stunden/Tag erfolgt.



Rundum abgesichert: Vollmachten & Verfügungen

Die hier aufgeführten Verfügungen und Vollmachten sind wichtige rechtliche Dokumente, die sicherstellen, dass Ihre Wünsche und Interessen im Falle der eigenen Handlungsunfähigkeit respektiert werden. Frühzeitiges Handeln ist sinnvoll!

Patientenverfügung

Mit einer schriftlichen Patientenverfügung können Sie vorsorglich festlegen, dass bestimmte medizinische Maßnahmen durchzuführen oder zu unterlassen sind, falls Sie nicht mehr selbst entscheiden können.

Vorsorgevollmacht

Wer in seiner Patientenverfügung eine **Vertrauensperson** benennt, die ihn vertreten soll, muss zwingend auch eine Vorsorgevollmacht ausfüllen. Denn ohne diese ist sie nicht berechtigt, Sie

z.B. gegenüber Ärzt*innen/Krankenkasse, Behörden, usw. zu vertreten.

Betreuungsverfügung

Sie ist eine sinnvolle Ergänzung und sichert Sie gerichtlich ab, wenn die genannte Vertrauensperson aus Ihrer Vorsorgevollmacht ihre Aufgabe nicht antreten kann oder wenn Sie niemanden haben, dem Sie uneingeschränkt vertrauen. In der **Betreuungsverfügung** legen Sie fest, wer vom Gericht als gesetzlicher Betreuer oder Betreuerin bestellt werden soll, wie Ihre Vorstellung

von Pflege ist und wo Sie im Falle einer Pflegebedürftigkeit untergebracht werden wollen.

Generalvollmacht

Sie ist eine sehr umfangreiche Übertragung von Entscheidungsbefugnissen ohne Beschränkung für einzelne Bereiche. Anders als die Vorsorgevollmacht, ist eine Generalvollmacht sofort gültig und nicht erst bei Geschäftsunfähigkeit.

Sorgen Sie für sich - nur so gelingt gute Pflege



Ihr eigenes Wohlbefinden steht an erster Stelle. Nur wenn es Ihnen gut geht, können Sie anderen wirkungsvoll zur Seite stehen. Wir geben Ihnen hier ein paar nützliche Tipps zur Selbstfürsorge und wo Sie Hilfe von außen erwarten können.

Mit **Achtsamkeit- und Entspannungsübungen** können Sie aufgestauten Stress abbauen:

- Planen Sie Zeit für sich als festen Bestandteil Ihres Tages ein – Momente, die nur Ihnen gehören. 15 bis 30 Minuten reichen manchmal schon aus.
- Vermeiden Sie Multitasking. Arbeiten Sie die anstehenden Aufgaben nacheinander ab. Alles gleichzeitig zu erledigen, ist sehr belastend.
- Bauen Sie Rituale in Ihren Alltag und

auch bei der Pflege ein: Der Morgenkaffee mit Blick aus dem Fenster oder das gemeinsame Lesen eines Buches nach dem Mittagessen. Schauen Sie, welche Rituale Ihnen Energie geben, und halten Sie daran fest.

Bewegung verbessert die Durchblutung, hält Blutdruck und Blutzucker unter Kontrolle und Gelenke gesund:

- Wenn's geht: 30 Minuten Gehen, Laufen oder Radfahren an zwei bis fünf Tagen pro Woche

Kostenlose Pflegekurse für Angehörige

- evtl. maßvolles Krafttraining
- Beweglichkeit und Balance trainieren

Wichtig ist es, Spaß an der Bewegung zu haben. Oft reicht es auch, den Alltag aktiver zu gestalten, z.B. die Treppen statt den Aufzug zu nehmen oder den Einkauf zu Fuß zu erledigen.

Nutzen Sie für sich:

- das Angebot der Sportvereine
- das öffentliche Schwimmbad
- (Senior*innen-)Angebote der örtlichen Fitness-Center
- Smartphone-Apps oder YouTube-Videos zu Sport-/Gymnastik-Übungen zu Hause
- Yoga als ganzheitliches Übungssystem
- die Kursangebote der eigenen Krankenkasse. Einfach mal nachfragen.

Sie pflegen eine pflegebedürftige Person und haben viele Fragen? Beim Menschenlieb bekommen Sie Antworten, denn wir bieten **kostenfreie Pflegekurse**, die praktische Anleitung und Informationen, aber auch Beratung und Unterstützung zu den unterschiedlichsten Themen bieten:

- **Selbstpflege** – „Nur wenn es mir gut geht, kann ich gut pflegen.“
- **Praktische Pflege** – Tipps und Tricks im Umgang mit Körperpflege, der Anreicherung der Nahrung und Mobilisation
- **Rechtliches** – Was steht mir zu? Wie und wo kann ich es beantragen?
- **Hygiene** – Bei der Körper-/ Intimpflege oder aber auch im häuslichen Umfeld

Interesse? Dann schreiben Sie uns:

info@menschenlieb.com

oder rufen Sie uns an: 04298 - 69 86 10



Für jeden das Richtige: Ambulante & stationäre Pflege, Betreuung & Unterstützung



Haus am Markt **Seniorenpflegeheim** **in Lilienthal**

Bahnhofstraße 3
28865 Lilienthal
info@haus-am-markt.de

Tel. 04298 - 90 86 0



Haus Christian **Seniorenpflegeheim** **und Wohnen mit** **Service in Ritterhude**

Kolde Würde 2
27721 Ritterhude
info@haus-christian.de

Tel. 04292 - 81 48 0



Haus am **Dreyerskamp** **Wohnen mit Service** **in Lilienthal**

Dr.-Sasse-Straße 14
28865 Lilienthal
info@haus-am-dreyerskamp.de

Tel. 04298 - 465 30 39



Der Hausnotruf **24 Stunden Sicherheit** **auf Knopfdruck**

Am Holze 9
28865 Lilienthal
hausnotruf@menschenlieb.com

Tel. 04298 - 468 05 65

Menschenlieb ist Vertragspartner aller Kranken- und Pflegekassen.

Wir unterstützen Sie auch in Tarmstedt, Ritterhude, Grasberg, Bremen-Nord und umzu.

Ambulante Pflege · info@menschenlieb.com

in Lilienthal · Tel. 04298 - 69 86 10

Am Holze 9 · 28865 Lilienthal

in Worswede · Tel. 04792 - 95 37 37

Walter-Bertelsmann-Weg 2 · 27726 Worswede

in Borgfeld / Klüver Hof · Tel. 0421 - 276 38 58

Borgfelder Heerstraße 50a · 28357 Bremen

in Osterholz-Scharmbeck · Tel. 04791 - 95 94 04

Ritterhuder Straße 12 · 27711 Osterholz-Scharmbeck



Homefit

NEU

**Das Bewegungs- und Aktivierungs-
programm für Senior*innen**

Tel. 04298 - 41 74 23

info@menschenlieb-homefit.com



**Die Tagespflege
Lilienthal**

Auszeit vom Alltag

Feldhäuser Straße 10a

28865 Lilienthal

[info@tagespflege-
lilienthal.de](mailto:info@tagespflege-lilienthal.de)

Tel. 04298 - 69 73 888



**Die Tagespflege
Ritterhude**

In Hu'e to Hus

Am Großen Geeren 31

27721 Ritterhude

[info@tagespflege-
ritterhude.de](mailto:info@tagespflege-ritterhude.de)

Tel. 04292 - 811 86 38

Alles aus einer Hand:

Wir unterstützen Sie mit
Herz & Kompetenz in Lilienthal,
Worpswede, Borgfeld, Osterholz-
Scharmbeck, Grasberg, Tarmstedt,
Ritterhude, Bremen-Nord und umzu

info@menschenlieb.com

www.menschenlieb-pflege.com

