



mit Herz & Kompetenz  
**Der Pflegedienst  
Lilienthal**

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 Angehöriger/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 von Karina Ouedraogo!



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

Gerne zeige ich Ihnen die Möglichkeiten in Ihrer persönlichen Situation auf. Sprechen Sie mich an.

**Ihre Karina Ouedraogo**  
beratung@pflegedienst-lilienthal.de  
Tel. 0171 - 994 16 36



# 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/Freunden 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 125,-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.

### Verhinderungspflege

für die vorübergehende stunden-, tage- oder wochenweise Betreuung durch eine Ersatzkraft. **Ihre Auszeit von der Pflege.**

### Pflegeunterstützungsgeld

Dies ist eine **Entgeldersatzleistung**, wenn Sie für die Organisation einer plötzlichen Pflege **bis zu 10 Tage unbezahlten Urlaub** nehmen müssen.

### Kurzzeitpflege

Pflegebedürftige Angehörige können in einer Pflegeeinrichtung **befristet untergebracht werden** (z.B. nach einem Krankenhausaufenthalt oder weil Sie als Pfl-

gende/r eine Auszeit brauchen.

### 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 40,- Euro im Monat.

### Wohnraumanpassung / Barrierefreiheit

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

- Treppengeländer und Handläufe
- Treppenlift
- Rampe für RollstuhlfahrerInnen
- 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 gesetzliche Unterstützungsmöglichkeiten, die Ihnen in dieser Situation helfen können.**

## **Arbeitsrechtliche Freistellung und Reduzierung der Arbeitszeit**

ArbeitnehmerInnen 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 Pflegeteilzeit**

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**

Pflegenden Angehörigen stehen bis zu **42 Erholungstage** zu. In dieser Zeit übernimmt eine Ersatzpflegekraft die Pflege des Angehörigen. Die Kosten für diese **Verhinderungspflege** übernimmt die Pflegekasse.

# 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 Ärzten/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 anreten 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
- (Senioren-)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 Pflegedienst Lilienthal 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:**  
beratung@pflegedienst-lilienthal.de  
oder rufen Sie uns an: 0171 - 994 16 36





## **Haus am Markt** **Das 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**

Dr.-Sasse-Straße 14  
28865 Lilienthal  
info@haus-am-dreyerskamp.de  
**Tel. 04298 - 465 30 39**



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

Dr.-Sasse-Straße 14  
28865 Lilienthal  
hausnotruf@pflagedienst-  
lilienthal.de  
**Tel. 04298 - 468 05 65**

**Ambulante Pflege** an vier Standorten:  
Wir sind damit **auch in Tarmstedt, Ritterhude, Grasberg, Bremen-Nord und umzu** für Sie da.  
[info@pflagedienst-lilienthal.de](mailto:info@pflagedienst-lilienthal.de)

**in Lilienthal**

Dr.-Sasse-Straße 14  
28865 Lilienthal  
**Tel. 04298 - 69 86 10**

**in Worpswede**

Walter-Bertelsmann-Weg 2  
27726 Worpswede  
**Tel. 04792 - 95 37 37**

**in Borgfeld / Klüver Hof**

Borgfelder Heerstraße 50a  
28357 Bremen  
**Tel. 0421 - 276 38 58**

**in Osterholz-Scharmbeck**

Jacob-Frerichs-Straße 10  
27711 Osterholz-Scharmbeck  
**Tel. 04791 - 95 94 04**



**Tagespflege  
Lilienthal**  
**Auszeit vom Alltag**

Feldhäuser Straße 10a  
28865 Lilienthal  
[info@tagespflege-lilienthal.de](mailto:info@tagespflege-lilienthal.de)  
**Tel. 04298 - 69 73 888**



**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, Worswede, Borgfeld, Osterholz-Scharmbeck, Ritterhude, Tarmstedt, Grasberg, Bremen-Nord und umzu

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

[www.pflegedienst-lilienthal.de](http://www.pflegedienst-lilienthal.de)

