

Ihr richtiger Schlüssel zur Häuslichen Pflege

Erste Schritte für
Angehörige und
Pflegebedürftige

 **Senioren- und
PflegeStützpunkt**
Niedersachsen

Organisieren Sie die Pflege zu Hause unter Einbeziehung der gesamten Familie. Loten Sie gemeinsam alle Möglichkeiten aus, einen Angehörigen zu pflegen. In seiner eigenen Wohnung oder bei sich zu Hause.

Eine gute Sache braucht eine gute Struktur. Informieren Sie sich und lassen Sie sich umfassend beraten. Gemeinsam mit dem Pflegebedürftigen und Ihren Familienmitgliedern sollten Sie den Gestaltungsspielraum so abstimmen, dass er den Erfordernissen und Wünschen aller gerecht wird. Das hilft allen, den Pflegealltag anzunehmen.

Pflege zu Hause:

In dieser neuen Herausforderung sollten Sie, als Pflegeleistende, auch sich im Blick behalten. Prüfen Sie, wo Sie für sich Entlastung einbinden können:

- Unterstützung durch Pflegedienst prüfen. Verschaffen Sie sich stundenweise Freiräume durch Betreuungsdienste.
- Tagespflegeeinrichtungen bieten Entlastung.
- Verhinderungspflege nutzen.
- Kurzzeitpflegeplätze helfen bei Urlaub und im Notfall.
- Helferkreise und Pflegedienste bieten Betreuung in Gruppen oder bei Ihnen zu Hause an.
- Ehrenamtliche können entlasten.

Ihre Senioren- und PflegeStützpunkte informieren Sie gerne.

Wir erschließen Ihnen
die Häusliche
Pflege

Diese Unterstützungsmöglichkeiten stehen Ihnen zur Verfügung:

- Pflegegeld
- Pflegesachleistungen
- Kombinationsleistungen
- Pflegekurse und individuelle Schulungen
- Betreuungs- und Entlastungsangebote (125 Euro mtl. durch zugelassene Anbieter)
- Hilfsmittel (Badewannenlifter, Rollator, Rollstuhl...)
- Wohnraumanpassung
- Hauswirtschaftliche Hilfen
- Mahlzeitendienst
- Technische Hilfen (z. B. Hausnotrufsysteme)
- Tagespflege
- Nachtpflege
- Verhinderungs- oder Ersatzpflege
- Kurzzeitpflege
- Wohngruppenzuschlag

Wir setzen uns für Sie ein!

Pflegeberatung



Petra Herder
Telefon (05 41) 5 01-30 31
petra.herder@Lkos.de



Kathrin Sundermann
Telefon (05 41) 5 01-34 31
kathrin.sundermann@Lkos.de



Andreas Stallkamp
Telefon (05 41) 5 01-31 07
andreas.stallkamp@Lkos.de

Wohnberatung

Senioren- und PflegeStützpunkt Niedersachsen
beim Landkreis Osnabrück
Am Schölerberg 1, 49082 Osnabrück
www.landkreis-osnabrueck.de



 **Senioren- und
PflegeStützpunkt**
Niedersachsen



„Ich möchte zu Hause bleiben, so lange wie möglich...“

Wir können diesen Wunsch vieler älterer und pflegebedürftiger Menschen gut verstehen - gilt es doch, seine gewohnte Umgebung als einen nicht unwesentlichen Sicherheitsstandard im neuen Lebensabschnitt Pflege zu bewahren.

Und das bedeutet für die Angehörigen und die Pflegebedürftigen ohnehin schon Umstellung genug im Alltag. Neue Verantwortungen und neue Fertigkeiten treten in das gegenseitige Miteinander. Vieles wird nicht mehr so sein wie vorher.

Darum benötigen beide Seiten umfassende und klare Informationen und Beratung, die wir Ihnen mit diesem Wegweiser an die Hand geben möchten.

Je besser informiert, desto leichter der Ablauf.

Dieser Wegweiser zeigt Ihnen im Falle des Falles was zu tun ist. Schritt für Schritt bereiten Sie sich so gezielt auf Ihren Pflegealltag vor.

**Was muss
ich tun?**

**Wen kann
ich fragen?**

**Wonach muss
ich fragen?**

Schauen Sie hier ganz in Ruhe, nach und nach...

- Falls Sie berufstätig sind, können Sie sich bis zu zehn Tage von der Arbeit freistellen lassen, um alles Wesentliche für die Pflege in die Wege zu leiten. Informationen zur Freistellung (030) 20 17 91 51.

1 Kontakt zum örtlichen Senioren- und PflegeStützpunkt

Sprechen Sie mit Ihrem örtlichen Pflegestützpunkt bzw. einem Berater der Pflegekassen oder eines Pflegedienstes oder bei Krankenhausaufenthalt auch mit dem Krankenhaussozialdienst.

2 Antrag stellen auf Pflegeeinstufung

Fordern Sie bei Ihrer Pflegekasse telefonisch das Antragsformular an. (Leistungsbeginn ab Antragstellung!)

3 Antrag Hilfe zur Pflege

Eine vorsorgliche telefonische Antragstellung ist möglich, dann gehen Ihnen keine Leistungen verloren. Maßgeblich für den Leistungsbeginn ist der Tag der Antragstellung. Der Leistungsbeginn gilt aber auch rückwirkend zum Zeitpunkt des Antrags bei der Pflegekasse. Der Antrag wird bei der Gemeinde gestellt.

4 Vorbereitung auf MDK-Begutachtung

Bereiten Sie sich auf den Besuch des Medizinischen Dienstes vor. Sie können auch weitere Personen Ihres engeren Umkreises hinzuziehen. Pflegeberater helfen Ihnen im Vorfeld sich z. B. mit einem Pflegetagebuch vorzubereiten.

5 Pflegekurse und individuelle Schulungen nutzen

Pflegekassen und Pflegedienste bieten Pflegekurse an. Auch bei Ihnen zu Hause sind Schulungen möglich.

6 Pflegegutachten schicken lassen

Nach erfolgter oder auch abgelehnter Einstufung das Pflegegutachten sorgfältig prüfen und erläutern lassen. Pflegestützpunkte helfen dabei.

7 Schwerbehindertenausweis abklären

Ihre Stadt- oder Gemeindeverwaltung informiert Sie über die Voraussetzungen. Ggf. treffen Vergünstigungen bei den Rundfunkbeiträgen oder steuerliche Erleichterungen zu.

8 Vereinbarkeit Berufstätigkeit/Pflege prüfen

Erfragen Sie die Möglichkeit einer gesetzlichen Pflegezeit. Sprechen Sie mit Ihrem Arbeitgeber über flexiblere Arbeitszeiten. Hat Ihr Arbeitgeber mehr als 15 Mitarbeiter haben Sie die Möglichkeit auf eine sechsmonatige Pflegezeit, alternativ nutzen Sie die bis zu zwei Jahre laufende Familienpflegezeit. Ihr Pflegestützpunkt berät Sie dazu gerne.

9 Möglichkeiten entlastender Hilfen prüfen

Ihr örtlicher Pflegestützpunkt sowie die Beratungsstellen zeigen Ihnen mögliche Entlastungsangebote auf. Tagespflege, Kurzzeitpflege, Verhinderungspflege, sowie Betreuung und Entlastung sind u. a. möglich.

10 Gespräch mit Agentur für Arbeit

Mögliche freiwillige Weiterversicherung in der Arbeitslosenversicherung auf eigene Kosten prüfen. Geben Sie Ihre Berufstätigkeit nicht ohne vorheriger Beratung einfach auf.

11 Rentenversicherungspflicht prüfen

Bei Berufstätigkeit von 30 Stunden oder weniger pro Woche und mindestens 10 Stunden wöchentlicher Pflege an regelmäßig mindestens zwei Tagen in der Woche besteht Rentenversicherungspflicht der Hauptpflegeperson. Die für sie maßgeblichen Stunden finden Sie im Pflegegutachten. Bei Fragen wenden Sie sich an den Pflegestützpunkt oder an die Pflegekassen.

12 Eigene Krankenversicherung prüfen

Falls sie durch die Pflegesituation nicht mehr kranken- und pflegeversichert sind, wenden Sie sich an die Pflegekasse. Hier ist ein Zuschuss möglich.

13 Vorsorgevollmacht/Patientenverfügung/Betreuung

Ohne eine schriftliche Vollmacht können Sie viele Dinge nicht entscheiden. Regeln Sie diese Dinge zeitnah! Behilflich kann hierbei der örtliche Betreuungsverein oder Pflegestützpunkt sein.