



BÜNDNIS  FAMILIE

Pflege  
stützpunkt  
**Nürnberg**



# Mitten im Leben oder zwischen allen Stühlen?

Familie, Pflege und Beruf vereinbaren – Eine Handreichung  
für Angehörige und Personalverantwortliche



# Impressum

Wird herausgegeben von:

Stadt Nürnberg  
Referat für Jugend, Familie und Soziales  
Bündnis für Familie  
Hans-Sachs-Platz 2  
90403 Nürnberg

Telefon 09 11 / 2 31-73 60  
E-Mail [bff@stadt.nuernberg.de](mailto:bff@stadt.nuernberg.de)

Verantwortlich:

Doris Reinecke

Redaktion:

Doris Reinecke, Bündnis für Familie, [www.bff-nbg.de](http://www.bff-nbg.de) und  
Walburga Dietl, Pflegestützpunkt Nürnberg, [www.pflegestuetzpunkt.nuernberg.de](http://www.pflegestuetzpunkt.nuernberg.de)

Satz und Layout:

Hartmut Knipp, HKD-Grafik & Werbung ([www.hkd-grafik.de](http://www.hkd-grafik.de))

3. Auflage:

5.000 Stück, März 2017-02-15

Druck:

Noris-Inklusion

Bildmaterial:

Die Fotos von Anestis Aslanidis ([www.anestis-fotografie.de](http://www.anestis-fotografie.de)) sind überwiegend in Einrichtungen der Stadt Nürnberg, vor allem in Häusern des NürnbergStift entstanden. Für ihre Bereitschaft mitzuwirken, bedanken wir uns herzlich bei den Bewohnerinnen, Bewohnern und Mitarbeitenden des Pflegezentrums Sebastianspital, der Senioren-Wohnanlage St. Johannis, der Geriatrischen Rehabilitation und des August-Meier-Heimes.

Das Titelfoto entstand bei einem Ausflug von Bewohner/innen des Pflegezentrums Sebastianspital mit Unterstützung durch Mitarbeitende der Firma Telefonica im Rahmen ihres jährlichen „Volunteering Day“.

Im Internet finden Sie das NürnbergStift unter [www.nuernbergstift.de](http://www.nuernbergstift.de) und auf Facebook.

**Weitere Bildrechte liegen bei:** Angehörigenberatung, D. Reinecke, D. Scheurlen, Evang. Hochschule Nürnberg, Fotolia, H. Knipp, HWK Mittelfranken, H. Imhof, IHK Nürnberg, Nürnberger Versicherung, Siemens, Sparkasse, U.Niklas, wbg

Copyright® 2015 Referat für Jugend, Familie und Soziales, Bündnis für Familie. Alle Rechte vorbehalten.  
Vervielfältigung – auch auszugsweise – nur mit Quellenangabe gestattet und mit der Bitte um ein Belegexemplar.  
Für gewerbliche Zwecke: Speicherung und Vervielfältigung – auch auszugsweise – nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Herausgebers.





# Inhaltsverzeichnis

„Schweres etwas leichter machen!“ – Ein Gruß von Reiner Prölß, Referent für Jugend, Familie und Soziales .....	4
Unsere Stadtgesellschaft wird älter .....	5
Was heißt das für Beschäftigte? Was heißt das für Unternehmen? – Ein Leitfaden für pflegende Angehörige und Personalverantwortliche in Nürnberg .....	6
Wo wende ich mich bloß hin? Beratungsangebote für Sie .....	7
Selbständige leben trotz Einschränkungen: Hilfen und Unterstützung .....	8
„Wohnen im Alter“: Die wbg Nürnberg GmbH stellt sich diesem Thema .....	10
„Pflegeeinstufung“ und „Leistungsgewährung“: Eine Einführung .....	11
Was erleichtert die Pflege zuhause? .....	16
„Mitten im Leben und zwischen allen Stühlen“: Familienmitglieder und pflegende Angehörige erzählen .....	18
„Oma hat eine Krankheit, die heißt Alzheimer ...“: Demenz, psychische Störungen und Entlastung für die Familie .....	22
Wenn ein Umzug nötig ist ... Betreutes Wohnen, Pflegeheim und sonstige Alternativen .....	26
Wunsch und Willen respektieren: Von „Betreuungsverfügung“ bis „Bestattungsvorsorge“ .....	28
„Alles, was Recht ist ...“: Gesetzliche Grundlagen zur Entlastung pflegender Angehöriger .....	29
„Pflegende Angehörige bringen einen Erfahrungsschatz in den Betrieb!“ Hermann Imhof, bayerischer Patienten- und Pflegebeauftragter .....	30
Vereinbarkeit von Pflege und Beruf ermöglichen! Was können Unternehmen tun? ....	32
Good Practice aus der Nürnberger Wirtschaft .....	35
Lesetipps für Klein und Groß: Vom Kinderbuch bis zum Ratgeber beschäftigen sich viele Bücher mit „Alt werden“ und „Pflegebedürftigkeit“ .....	43
Checklisten zu Pflegesituation und Heimauswahl .....	45
Weitere hilfreiche Links .....	47
Bündnis für Familie Nürnberg – Wer wir sind .....	48



# „Schweres etwas leichter machen!“

Ein Gruß von Reiner Prölß,  
Referent für Jugend, Familie und  
Soziales.

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Reiner Prölß, Referent für Jugend, Familie und Soziales der Stadt Nürnberg

es gibt im Leben oft Situationen, die haben wir uns weder gewünscht noch ausgesucht und sie treffen uns so unvermittelt, dass wir noch keine Chance hatten, den Umgang damit zu proben.

## Pflegebedürftigkeit gehört zu solchen Situationen:

Sie verlangt von Pflegebedürftigen, sich, meistens dauerhaft, mit einer grundlegenden Veränderung ihres Lebens abzufinden – aber auch das Leben von Angehörigen, von Partnern oder Partnern wird beeinflusst: Zum „normalen“ Alltag kommen Sorge und Verantwortung, manchmal auch ein schlechtes Gewissen, weil es dem Pflegebedürftigen so schlecht und – verglichen damit – einem selbst so gut geht.

**Aber:** Geht es mir gut, wenn ich versuche, den Anforderungen der Arbeit, eines pflegebedürftigen Angehörigen, des Rests der Familie, des Freundeskreises gerecht zu werden?

Besondere Situationen schenken uns zwar besondere Kraft – aber oft nicht auf Dauer. Deshalb möchten wir Sie mit

dieser Broschüre in zwei Richtungen informieren:

Ihnen, als pflegende Angehörige, möchten wir sagen, dass wir Entlastungsangebote für Sie haben und Sie ermutigen, diese auch in Anspruch zu nehmen, unser Pflegestützpunkt z. B. ist hier eine neutrale und überaus hilfreiche Einrichtung!

Ihnen als Arbeitgebende oder Vorgesetzte möchten wir aufzeigen, was Sie tun können, um Mitarbeitenden eine schwierige, fordernde Lebenssituation etwas leichter zu machen – mit gutem Nutzen für alle.

Nehmen Sie sich deshalb die Zeit, in diesem Heft zu lesen – sie ist gut angelegt!

Der wbg Nürnberg GmbH danke ich herzlich für die finanzielle Unterstützung der Broschüre.

Ganz herzlich

Ihr Reiner Prölß  
Referent für Jugend, Familie und Soziales

# Unsere Stadtgesellschaft wird älter

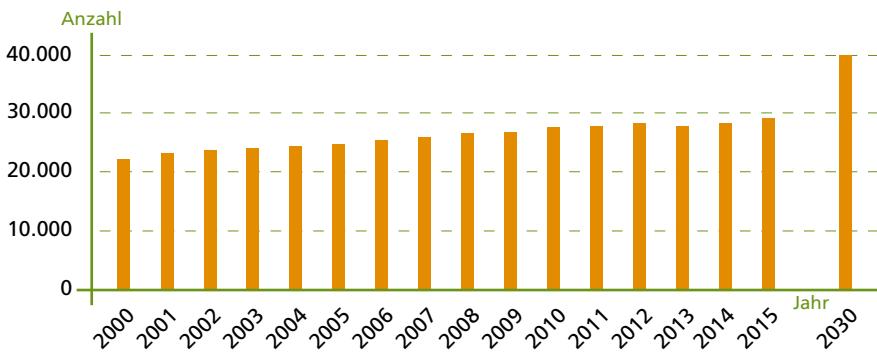
Der demografische Wandel in Deutschland ist ein Prozess, der bereits seit den 1970er Jahren die Zusammensetzung unserer Bevölkerung deutlich verändert. Dieser Trend wird sich in den kommenden Jahrzehnten verstärken. Drei Entwicklungen werden oft in der Formel „weniger, älter, bunter“ zusammengefasst:

- Eine niedrige Geburtenrate sorgt dafür, dass die Bevölkerung abnimmt, weil die Sterberate die Geburtenrate übersteigt.
- Mit steigender Lebenserwartung steigt auch der Anteil der älteren Menschen. Heute liegt der Anteil der Menschen über 65 Jahren bundesweit bei 20 %, bis 2060 wird er auf 34 % steigen.
- Auch die Zuwanderung nach Deutschland verändert unsere Gesellschaft. Die Zahl der älteren Menschen mit Migrationshintergrund ist mittlerweile beachtlich. Das erfordert passgenauere Konzepte in der Versorgung und Pflege.

## Für Nürnberg heißt das:

- Bevölkerungswachstum: Die Bevölkerung in Nürnberg wird nicht – wie an dernorts – schrumpfen, sondern in etwa auf dem heutigen Niveau verbleiben bzw. sogar leichte Zugewinne verzeichnen. So lebten Ende 2015 knapp 527.000 Menschen in Nürnberg, im Jahr 2026 werden es voraussichtlich etwa 534.000 Menschen sein.
- Alterung: Der Anteil der Menschen ab 65 Jahren wird sich in den kommenden 20 Jahren nicht wesentlich erhöhen, aber die Zahl der Hochaltrigen (80 Jahre und älter) wird deutlich nach oben schnellen (siehe Grafik).
- Zuwanderung: Bereits heute ist Nürnberg sehr „bunt“: Der Anteil der Menschen mit Migrationshintergrund beträgt aktuell 42 % (über alle Altersgruppen hinweg), das sind fast 220.000 Menschen. Bei den mindestens 65-Jährigen haben etwa 29 % einen Migrationshintergrund, bei den mindestens 80-Jährigen sind es bereits 23 %.

### Bevölkerung 80 Jahre und älter in Nürnberg



Quelle: Amt für Stadtforschung und Statistik für Nürnberg und Fürth, 2016, eigene Darstellung.

Das Amt für Senioren und Generationenfragen und den Pflegestützpunkt Nürnberg finden Sie im Internet unter [www.senioren.nuernberg.de](http://www.senioren.nuernberg.de)



# Was heißt das für Beschäftigte? Was heißt das für Unternehmen?

## Ein Leitfaden für pflegende Angehörige und Personalverantwortliche in Nürnberg.

„Mitten im Leben“ stehen zumeist Beschäftigte, die sich um hilfsbedürftige Angehörige kümmern: Sie gehen ihrem Beruf nach, leben ihre Partnerschaft, sorgen für Kinder oder Enkel. Sie erleben oft von einem Tag auf den anderen zusätzliche Belastungen und manchmal überschlagen sich Ereignisse, die Kraft und Zeit fordern. Wichtig ist, sich die Zeit zu nehmen, einen Überblick zu gewinnen:

Welche Aufgaben fallen an? Wo sind meine Grenzen und wo benötige ich Unterstützung? Welche Personen, welche Dienste, welche gesetzlichen Regelungen helfen mir, nicht „zwischen allen Stühlen“ zu sitzen?

Beschäftigte mit Pflegeverantwortung möchten nicht nur aus finanziellen Gründen Beruf und Pflege gut vereinbaren: Berufstätigkeit ist oft ein willkommener Ausgleich zu problematischen Pflegesituationen, in der Pflegende persönliche Anerkennung finden. Hinzu kommt, dass die zeitliche Doppelbelastung das soziale Leben von Pflegenden vielfach

einschränkt: So gewinnen gute Kontakte zu Kolleginnen und Kollegen eine weitere Bedeutung.

Mehr denn je sind pflegesensible Arbeitsbedingungen Bestandteil einer vorausschauenden Personalpolitik und zeichnen attraktive Arbeitgeber aus.

Wer seinen Beschäftigten keine entsprechenden Angebote macht, wird sie vielleicht verlieren – und dann, angesichts des Fachkräftemangels, nicht so leicht neue finden. Noch viel zu häufig schränken erwerbstätige Pflegepersonen ihre Erwerbstätigkeit ein oder geben sie auf. Noch viel zu häufig führen Überlastung durch Beruf und Pflege zu krankheitsbedingten Ausfällen und beeinträchtigen das Betriebsklima.

**Viele Unternehmen sind bereits aktiv geworden:**

Sie haben erkannt, dass eine gute Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf Wettbewerbsvorteile verschafft.

Sie haben – oft ohne große Investitionen – dazu beigetragen, dass Pflegende weiterhin mitten im Berufsleben stehen können.

Beispiele dafür zeigt Ihnen diese Broschüre auf im Kapitel „Vereinbarkeit von Pflege und Beruf ermöglichen! Was können Unternehmen tun?“

# Wo wende ich mich bloß hin?

## Individuelle Beratungsangebote.

Bei der Organisation von Pflege geht es um mehr als Anträge und Geld. Auch menschlich sind alle Betroffenen gefordert und oft angewiesen auf fachlichen

Beistand. Pflegebedürftigkeit kann schleichend entstehen wie bei einer demenziellen Erkrankung oder unvorhergesehen wie bei einem Schlaganfall.

### Der Pflegestützpunkt Nürnberg

Der Pflegestützpunkt Nürnberg hilft schnell und unkompliziert. Rat suchende Menschen, ob selbst betroffen oder Angehörige, erhalten aus einer Hand die Auskunft und Unterstützung, die sie benötigen. Die Beratung erfolgt umfassend, neutral und kostenfrei und gibt Antworten auf alle Fragen rund um die Pflege und zu Hilfen im Alter.

In geschützter Atmosphäre ermitteln die Mitarbeitenden den individuellen Hilfebedarf. Ratsuchende werden über die im Einzelfall passgenauen Angebote sowie über gesetzliche Ansprüche, z. B. im Rahmen der Pflegeversicherung, informiert. Die Beraterinnen und Berater kennen alle entsprechenden Angebote in der Stadt, lotsen durch deren „Dschungel“ und geben Hilfestellung bei der Entscheidungsfindung. Vorrangiges Ziel ist dabei die Stabilisierung der häuslichen Pflegesituation.

Der Pflegestützpunkt Nürnberg ist die zentrale Anlaufstelle für Pflege in Nürnberg. Träger ist die Stadt zusammen mit den gesetzlichen Kranken- und Pflegekassen. Mit im Boot ist die Angehörigenberatung e.V., deren Schwerpunkt beim Thema Demenz liegt. Bei speziellen finanziellen und rechtlichen Fragen arbeitet der Pflegestützpunkt eng mit dem Sozialamt der Stadt Nürnberg und dem Bezirk Mittelfranken zusammen.

[www.pflegestuetzpunkt.nuernberg.de](http://www.pflegestuetzpunkt.nuernberg.de)

### Fachstellen für pflegende Angehörige

Da, wo es in Bayern noch keinen Pflegestützpunkt gibt, können sich Rat suchende Menschen an eine Fachstelle für pflegende Angehörige wenden, die normalerweise bei einem Wohlfahrtsverband angesiedelt ist.

### Pflegekassen

Die Pflegekassen sind gesetzlich verpflichtet, nach Eingang eines Erstantrages auf eine Pflegeeinstufung mit ihrem Versicherten Kontakt aufzunehmen und ihm möglichst innerhalb von 14 Tagen eine Pflegeberatung anzubieten.



# Selbständig leben mit Einschränkungen:

## Hilfen und Unterstützung.

Die meisten älteren Menschen wünschen sich, so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden zu bleiben. Viele schaffen das ohne größere Probleme. Treten jedoch Bewegungs- oder Gedächtniseinschränkungen auf, besteht Hilfe- oder Pflegebedürftigkeit, dann wird es schon schwieriger.

Mit der passenden Unterstützung kann das Leben in der gewohnten Umgebung noch lange gelingen. Die richtige Auswahl aus den Angeboten auf dem Pflege-, Gesundheits- und Beratungsmarkt – vom Lieferdienst über Essen auf Rädern bis zum passenden Pflegedienst oder Wohnungsanpassung – kann dazu beitragen, dass der Wechsel in ein Pflegeheim hinausgeschoben oder vermieden werden kann. Der Pflegestützpunkt hilft Ihnen bei der Orientierung.

### Haushaltshilfe

Hilfebedarf beginnt oft bereits vor der eigentlichen Pflegebedürftigkeit. Menschen mit körperlichen Einschränkungen schaffen beispielsweise die Fensterreinigung, das Abnehmen von Vorhängen, das Putzen der Böden oder die Wäscheversorgung nicht mehr alleine. Professionelle Haushaltshilfen können nach Absprache zudem kleine Besorgungen erledigen.

### Einkaufs- und Lieferdienst

Die notwendigen Dinge des täglichen Lebens zu beschaffen ist manchmal beschwerlich. Lebensmittel Märkte sind oft weit von der Wohnung entfernt. Für Menschen, die wegen Krankheit, Behinderung oder fortgeschrittenem Alter eingeschränkt sind, kann das Tragen der

Einkäufe eine Belastung sein. Einkaufsdienste übernehmen gegen Gebühr die gewünschten Besorgungen. Einige Geschäfte bieten unter gewissen Bedingungen einen Lieferdienst der georderten Ware nach Hause an. Lebensmittel und andere Güter des täglichen Bedarfs werden nach telefonischer Bestellung direkt nach Hause geliefert.

### Mittagstisch

Der Mittagstisch wirkt der Vereinsamung durch ungezwungene Kontaktaufnahme entgegen. Er bietet sich an für Senioren, die nicht selbst kochen können oder wollen, oder die die gesellige Atmosphäre der Mahlzeit alleine vorziehen.

Einrichtungen wie Seniorentreffs, Betreutes Wohnen oder Heime laden oft zur Teilnahme an Mahlzeiten in ihrem Haus auch externe Besucher ein und bieten einen täglich wechselnden Speiseplan zu günstigen Preisen an.

### Mahlzeitendienst/Essen auf Rädern

Wenn das Kochen zu beschwerlich und Essen gehen nicht gewünscht oder nicht möglich ist, bringen Mahlzeitendienste altengerechte Gerichte ins Haus, sei es warm oder als Tiefkühlware. Die Wahl zwischen verschiedenen Gerichten, unterschiedlichen Kostformen oder Diäten besteht.

### Hausnotruf

Er gibt älteren, allein stehenden, kranken oder behinderten Menschen und deren Angehörigen die Sicherheit, im Notfall,



vor allem bei gesundheitlichen Problemen, rasch Hilfe anfordern zu können. Nach dem Tastendruck wird sofort die Verbindung zur Hausnotrufzentrale hergestellt. Über eine Freisprechanlage, die z. B. als Uhr am Körper getragen wird, kann sich die Hilfe suchende Person mit der Zentrale verständigen, die dann individuell vereinbarte oder notwendige Maßnahmen veranlasst.

### Besuchsdienst

Allein lebende ältere Menschen, die ihre Wohnung kaum oder nicht mehr verlassen können, neigen nicht selten zur Vereinsamung. Eine ehrenamtlich tätige Person des Besuchsdienstes verbringt Zeit mit den Senioren. Sie kann einer Isolation entgegenwirken und notwendige Hilfen frühzeitig erkennen.





## „Wohnen im Alter“:

Die wbg Nürnberg GmbH stellt sich diesem Thema.

Ein Großteil der wbg-Mieter wohnt schon seit Jahrzehnten in den Wohnungen des kommunalverbundenen Unternehmens. Daher ist es klares Ziel der wbg, den Menschen den Aufenthalt in der gewohnten Umgebung, solange wie es nur geht, zu ermöglichen.

Neue Bauvorhaben werden deshalb so konzipiert, dass sie an die Ansprüche und Bedürfnisse älterer Menschen angepasst sind. Dabei geht es nicht nur um den baulichen, sondern auch stark um den sozialen Aspekt. Gerade die älteren in Großstädten lebenden Menschen leiden unter Anonymität und der damit verbundenen Vereinsamung.

Das Bauvorhaben „IQ-Innerstädtische Wohnquartiere“ am Nordostbahnhof setzt genau hier an. Seit 2011 entstehen hier nicht nur kinder- und familienfreundliche Wohnungen, sondern auch Wohnformen für Alleinerziehende, Studenten und ältere Menschen. Die „Marias“ – das Nachfolgeprojekt der „Fridas“ (Freie Initiative der Alleinerziehenden) sowie die „WIPS“ (Wohninitiative Plauener Straße) als Nachfolgeprojekt der „Olgas“ (Oldies leben gemeinsam aktiv) knüpfen an die bereits erfolgreichen Wohnprojekte an, mit denen insbesondere generationsübergreifendes Wohnen gefördert wird. Auch befinden sich die neuen barriere-

freien Räumlichkeiten für das Seniorennetzwerk Nordostbahnhof im IQ.

Zudem wurde ein Stützpunkt für das Kooperationsmodell „SIGENA – sicher-wohnt-nachbarschaftlich“, das zwischen dem Bayerischen Roten Kreuz, Kreisverband Nürnberg-Stadt und der wbg Nürnberg vereinbart wurde, errichtet. Mit diesem Projekt wird den wbg-Miern ein neues Angebot gemacht, das die vorhandenen Dienstleistungen ergänzt. Dabei handelt es sich zunächst um eine Anlauf- und Beratungsstelle für alle Fragen außerhalb des Mietvertrages. Der Schwerpunkt liegt dabei auf Angeboten für ältere Menschen. SIGENA-Stützpunkte vermitteln künftig aber auch Angebote und Beratung für alle Lebenslagen. Das Konzept SIGENA wird auf Basis der Kooperationsvereinbarung „Soziales und Wohnen – die demografische Herausforderung gemeinsam gestalten“ umgesetzt, die zwischen dem Referat für Jugend, Familie und Soziales und der wbg Nürnberg abgeschlossen wurde. Zukünftig soll es in allen Kernwohnanlagen des Unternehmens einen SIGENA-Stützpunkt geben.

Nach dem ersten am Nordostbahnhof startet im Februar 2015 der zweite SIGENA-Stützpunkt in St. Johannis in Kooperation mit der Diakonie Neuendettelsau.



# „Pflegeeinstufung“ und „Leistungsgewährung“: Eine Einführung.

## Was heißt „Pflegebedürftigkeit“?

Ab 2017 wird Pflegebedürftigkeit am Grad der Selbständigkeit gemessen. Die neue Definition lautet:

Pflegebedürftig sind Personen, die

- gesundheitlich bedingte Einschränkungen in der Selbständigkeit aufweisen und deshalb die Hilfe von anderen brauchen,
- körperliche, kognitive, psychische Einschränkungen oder gesundheitliche Einschränkungen nicht selbstständig kompensieren oder bewältigen können,
- und deren Pflegebedürftigkeit auf Dauer, mindestens jedoch sechs Monate besteht.

Die Selbständigkeit und auch die Abhängigkeit von personeller Hilfe wird in sechs relevanten Lebensbereichen erfasst und daraus der Pflegegrad errechnet:

- Mobilität, z. B. Bewegung im Wohnbereich
- Kognitive und kommunikative Fähigkeiten, z. B. zeitliche und örtliche Orientierung

- Verhaltensweisen und psych. Problemlagen, z. B. nächtliche Unruhe
- Selbstversorgung und Alltagsverrichtungen, z. B. Körperpflege
- Bewältigung krankheitsbedingter Anforderungen, z. B. Medikamenteneinnahme
- Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte, z. B. Tagesablauf planen

Die außerhäuslichen Aktivitäten und die Haushaltsführung werden mit erhoben, fließen jedoch nicht mit in die Bewertung des Pflegegrads ein.

## Pflegeeinstufung

Der Versicherte oder sein Bevollmächtigter stellt einen schriftlichen Antrag bei der zuständigen Pflegekasse. Diese beauftragt einen Gutachter, der seinen Besuch anmeldet.

Als Vorbereitung auf diesen Besuch sollen ärztliche Befundberichte bereitgelegt werden. Auch eigene Überlegungen zu den vorhandenen Selbständigkeit bzw. deren Beeinträchtigung sind sinnvoll.

Basis dafür kann der „Einschätzungsbo-  
gen“ des Pflegestützpunkts Nürnberg  
sein, der die Themenbereiche der Begut-  
achtung beschreibt.

Der Gutachter stellt bei seinem Besuch  
auf Grundlage der vorgegebenen Richt-  
linien den Grad der Selbständigkeit der  
pflegebedürftigen Person fest und infor-  
miert darüber die Kasse. Diese entschei-  
det über die jeweilige Pflegeeinstufung  
und teilt das Ergebnis schriftlich mit.

Eine Beratung, z. B. im Pflegestützpunkt  
im Vorfeld der Begutachtung oder zu  
einem geplanten Widerspruch auf der  
Basis des schriftlichen Gutachtens kann  
hilfreich sein.

## Pflegegrade

Die Selbständigkeit wird danach bewer-  
tet, in welchem Maß der Betreffende  
seine Aktivitäten selbständig durchfüh-  
ren kann bzw. bei welchen er auf Hilfe  
angewiesen ist.

**Pflegegrad 1** – geringe Beeinträchtigung  
der Selbständigkeit

**Pflegegrad 2** – erhebliche Beeinträchti-  
gung der Selbständigkeit:

**Pflegegrad 3** – schwere Beeinträchtigung  
der Selbständigkeit

**Pflegegrad 4** – schwerste Beeinträchti-  
gung der Selbständigkeit

**Pflegegrad 5** – schwerste Beeinträchti-  
gung der Selbständigkeit mit besonde-  
ren Anforderungen an die pflegerische  
Versorgung

## Leistungen der Pflegeversicherung

### Pflege und Versorgung zuhause

#### Pflegesachleistung

Werden Menschen zuhause durch Mitar-  
beitende eines ambulanten Pflegedien-  
tes, der einen Vertrag mit den Kassen  
hat, versorgt, erhalten sie Pflegesachleis-  
tung. Die Pflegesachleistung beträgt pro  
Monat in

PG 1 – 0 €	PG 2 – 689 €	PG 3 – 1.298 €
PG 4 – 1.612 €	PG 5 – 1.995 €	

kombiniert werden, die dann anteilmä-  
ßig vergütet werden.

#### Pflegeberatung und Pflegekurse

Wird jemand ausschließlich privat ge-  
pflegt, ist ein sogenannter Pflegebera-  
tungseinsatz in regelmäßigen Abständen  
erforderlich.

Er dient der Sicherung der Qualität in  
der häuslichen Pflege und der indivi-  
duellen Beratung der Pflegeperson vor  
Ort. In Pflegekursen werden allgemeine  
Grundkenntnisse der häuslichen Pflege  
vermittelt. Beide Beratungsarten sind  
kostenfrei.

#### Pflegegeld

Menschen, die zuhause ausschließlich  
durch Privatpersonen (wie Angehörige  
oder Nachbarn, nicht erwerbsmäßig)  
gepflegt und versorgt werden, erhalten  
Pflegegeld. Das Pflegegeld beträgt pro  
Monat in

PG 1 – 0 €	PG 2 – 316 €	PG 3 – 545 €
PG 4 – 728 €	PG 5 – 901 €	

Pflegesachleistung und Pflegegeld  
können nach persönlichen Bedürfnissen

#### Entlastungsbetrag

Alle Pflegebedürftigen, auch diejenigen  
mit Pflegegrad 1 erhalten einen monatli-  
chen Entlastungsbetrag von 125 €, der für  
Leistungen von zugelassenen Diensten  
oder auch in der Tages- und Kurzzeitpfe-  
lege verwendet werden können.

#### Pflegehilfsmittel

Technische Hilfsmittel wie z.B. Pflege-  
bett, Rollstuhl oder Wannenlifter können  
unter Umständen von der Pflegekasse



finanziert werden. Für Verbrauchs-Hilfsmittel wie z.B. Betteinlagen oder Einmalhandschuhe stellt die Pflegeversicherung einen Pauschalbetrag zur Verfügung.

#### **Wohnraumanpassung**

Ist es erforderlich, die Wohnung auf die besonderen Bedürfnisse der Pflege baulich anzupassen, etwa durch das Ersetzen der Badewanne durch eine Dusche oder kleinere Um- oder Einbauten, gewährt die Pflegekasse bei Vorliegen einer Pflegestufe einen Zuschuss von bis zu 4.000 €, wenn durch die Maßnahme die Pflege erleichtert wird.

Für Informationen zur Wohnungsanpassung steht in Nürnberg das „Kompetenznetzwerk Wohnungsanpassung/KOWAB“ zur Verfügung. Die kostenfreie neutrale Beratung erfolgt auf Wunsch auch zuhause und kann über den Pflegestützpunkt Nürnberg angefordert werden.

#### **Absicherung der Pflegeperson**

Für eine private Pflegeperson, die mindestens zehn Stunden pro Woche an mindestens zwei Tagen pflegt, nicht mehr als 30 Stunden pro Woche erwerbstätig und

noch nicht berentet ist, leistet die Pflegeversicherung Beiträge zur gesetzlichen Rentenversicherung. Bei der Versorgung mehrerer Pflegebedürftiger werden die Zeiten addiert. Wenn Sachleistung oder Kombinationsleistung in Anspruch genommen wird, werden die Rentenbeiträge entsprechend gekürzt. Für Pflegepersonen besteht ein gesetzlicher Unfallversicherungsschutz im Rahmen dieser Tätigkeit.

#### **Verhinderungspflege**

Fällt die Pflegeperson, die vorher mindestens sechs Monate gepflegt hat, wegen Erkrankung, Urlaub oder sonstiger Verhinderungsgründe aus, kann Verhinderungspflege in Höhe von bis zu 1.612 € pro Jahr in Anspruch genommen werden. Als Ersatz für zuhause – auch für einzelne Tage – kann ein ambulanter Pflegedienst oder unter gewissen Bedingungen eine nicht erwerbsmäßig tätige Privatperson beauftragt werden. Wird die Kurzzeitpflege nicht in Anspruch genommen, kann Verhinderungspflege für bis zu sechs Wochen und bis zu 2.418 € von den Kassen übernommen werden.



## Teilstationäre Versorgung

### Tagespflege

Menschen, die eine Tagespflege besuchen, werden morgens abgeholt und abends nach Hause gebracht. Tagsüber werden sie von Fachkräften nach Bedarf gepflegt, in der Gemeinschaft betreut und gefördert sowie mit Essen und Getränken versorgt. Die Pflegekasse übernimmt hier Leistungen in gleicher Höhe wie bei der Pflegesachleistung des jeweiligen Pflegegrads.

### Kurzzeitpflege

Muss im Anschluss an einen Klinikaufenthalt die Pflege zuhause organisiert werden oder fällt die Pflegeperson aus, besteht der Anspruch auf vorübergehende Kurzzeitpflege in einer stationären Pflegeeinrichtung. Pro Kalenderjahr werden dafür maximal 1.612 € für längstens

vier Wochen zur Verfügung gestellt. Der Kassenzuschuss kann auf bis zu 3.224 € und bis zu acht Wochen erhöht werden, wenn keine Verhinderungspflege in Anspruch genommen wird.

## Pflege und Versorgung im Heim

Reichen die Möglichkeiten der pflegerischen Versorgung und Betreuung zuhause nicht aus, übernimmt die Pflegekasse einen Kostenanteil im Heim. Abhängig von der Pflegestufe beträgt er monatlich für

PG 1 – 125 €	PG 2 – 770 €	PG 3 – 1.262 €
PG 4 – 1.775 €	PG 5 – 2005 €	

Von den Bewohnern bzw. den Sozialhilfeträgern ist zudem der einrichtungseinheitliche Eigenanteil zu tragen. Er ist für die Pflegegrade 2 bis 5 gleich hoch.





## Leistungen der Sozialhilfeträger: „Hilfe zur Pflege“

Wenn Pflege nicht mehr ohne fremde Hilfe möglich ist, kann der Verbleib in der eigenen Wohnung durch die Inanspruchnahme eines Pflegedienstes oder einer Tagespflege verlängert werden. Reicht das eigene Einkommen der pflegebedürftigen Person einschließlich der Leistung der Pflegekasse nicht aus und sind auch ihre Ersparnisse fast aufgebraucht, so kann im ambulanten Bereich das Sozialamt mit „Hilfe zur Pflege“ unter gewissen Bedingungen die Restkosten übernehmen.

Sollte der Umzug in ein Pflegeheim unumgänglich sein, muss vorher die Finanzierung geklärt werden. Kann eine bestehende Finanzierungslücke vom pflegebedürftigen Menschen selbst durch eigene Einnahmen nicht gedeckt werden, ist im Heimbereich das Sozialreferat des Bezirk Mittelfranken unter bestimmten Voraussetzungen für das Aufbringen der Restkosten zuständig. Das gilt auch für die Kostendeckung bei Kurzzeitpflege in einem Pflegeheim.

Sozialhilfe wird erst ab dem Zeitpunkt der Kenntnisnahme beim Sozialamt der Stadt oder beim Bezirk gewährt. Es ist ein Antrag mit Darstellung der Einkommens- und Vermögensverhältnisse erforderlich. Auch Partner und Kinder sind auskunftspflichtig, ihnen stehen jedoch Einkommens- und Vermögensfreigrenzen zu.

[www.sozialamt.nuernberg.de](http://www.sozialamt.nuernberg.de)

Finanzielle Hilfen, Grundsicherung im Alter

[www.bezirk-mittelfranken.de](http://www.bezirk-mittelfranken.de)

Leistungen für Menschen in Senioren- und Pflegeeinrichtungen

# Was erleichtert die Pflege zuhause?

Viele Angebote können einen Beitrag dazu leisten, dass die Pflege zuhause gelingt.

Liegt eine Pflegeeinstufung vor, ist die zuständige Kasse verpflichtet Pflegeberatung anzubieten. Diese kann entweder bei der Kasse, im Pflegestützpunkt oder bei den Betroffenen zuhause stattfinden. Personen, die sich auf privater Basis um einen pflegebedürftigen Menschen kümmern, können an einem Pflegekurs teilnehmen, der informiert und praktische Anleitungen gibt. Diese Unterweisung kann auch in den Räumlichkeiten der/des Pflegebedürftigen stattfinden. Beides wird von der Kasse finanziert.

Wohnberatung unterstützt dabei, Barrieren zu beseitigen wie durch Schwellenbeseitigung, Türverbreiterung, Badanpassung, Rampen oder Treppenlifte. Wohnberater kennen die Finanzierungsmöglichkeiten, ob Zuschüsse der Pflegekassen, anderer Stellen oder günstige Darlehen.

Technische Hilfsmittel wie Rollatoren, Wannenlifter, Toilettensitzerhöhungen oder Lagerungshilfen können die Pflege zuhause erleichtern, ebenso Verbrauchshilfemittel wie Inkontinenzprodukte. Moderne Technik (AAL – Ambient assisted living) kann beispielsweise helfen, Elektrogeräte auszuschalten, Rollos automatisch zu bedienen oder Menschen mit Orientierungsstörungen zu orten.

[www.wohnungsanpassung-bag.de](http://www.wohnungsanpassung-bag.de)

Ambulante Pflegedienste unterstützen Pflegebedürftige und ihre Angehörigen bei der Versorgung zuhause. Diese professionellen Dienste müssen von einer Pflegefachkraft mit spezieller Qualifikation geführt werden und einen Versorgungsvertrag mit den Kranken- und Pflegekassen abgeschlossen haben.

Alle Pflegedienste unterliegen besonderen Qualitätskriterien, die regelmäßig überprüft werden.

Ihr übliches Leistungsangebot erstreckt sich über verschiedene Bereiche:

- grundpflegerische Tätigkeiten wie Körperpflege, Ernährung, Mobilisierung und Lagerung,
- häusliche Krankenpflege zur Behandlung von Erkrankungen wie Medikamentengabe, Verbandwechsel und Injektionen,
- Beratung bei pflegerischen Fragestellungen,
- hauswirtschaftliche Versorgung wie Reinigen der Wohnung, Kochen oder Einkaufen, bei manchen Diensten auch gesondert,
- Betreuungsleistungen, vor allem für Menschen mit demenziellen Erkrankungen mit Hilfe bei der Alltagsgestaltung wie Spazierengehen, Vorlesen o. ä.
- Pflegedienste arbeiten sieben Tage pro Woche und müssen für ihre Kunden auch nachts erreichbar sein.

Hilfskräfte aus osteuropäischen Ländern können angestellt werden, um in Haushalten pflegebedürftiger Menschen Hausarbeit zu übernehmen, bei der Grundpflege zu unterstützen und die Person zu betreuen oder zu beaufsichtigen. Sie dürfen keine Behandlungspflege übernehmen. Für gewisse Zeit leben sie mit im Haushalt, haben ein eigenes Zimmer und erhalten Unterkunft sowie Verpflegung. Es wird ein Vertrag zwischen Privathaushalt und dem Dienstleistungsunternehmen geschlossen, das die Betreuungskraft vermittelt.

Immer mehr Menschen mit Zuwanderungsgeschichte werden pflegebedürftig.



Die Beachtung von kulturellem Hintergrund, der respektvolle Umgang mit religiösen Bedürfnissen sind für Pflegepersonen wichtig. Fachkräfte werden in ihrer Ausbildung bereits interkulturell geschult. Es gibt auch eine zunehmende Anzahl von Pflegekräften, die eine weitere Sprache als deutsch sprechen, selbst Migrationshintergrund haben und somit die besonderen Bedürfnisse aus eigener Erfahrung kennen.

Der Pflegestützpunkt Nürnberg erfasst jährlich, welche Sprachen von den Mitarbeitenden der ambulanten Dienste gesprochen werden. Sein Prospekt liegt auch in türkischer Sprache auf, der in russischer Sprache folgt demnächst.<sup>1</sup>

Auf der Homepage kündigt der Pflegestützpunkt auch an, wann er Beratung zusammen mit Pflegekräften in diversen Fremdsprachen anbietet.



<sup>1</sup>[www.pflegestuetzpunkt.nuernberg.de/fileadmin/Downloads/psp-nbg-Flyer\\_tuerkisch.pdf](http://www.pflegestuetzpunkt.nuernberg.de/fileadmin/Downloads/psp-nbg-Flyer_tuerkisch.pdf)



# „Mitten im Leben und zwischen allen Stühlen“:

## Erzählungen von Familienmitgliedern und pflegenden Angehörigen.

„Mein Opa konnte alles!“ –  
(Mathias, 21)

Mein Opa konnte alles. Egal ob sein handwerkliches Geschick, seine körperliche Kraft oder einfach nur seine Zeit als Babysitter gebraucht wurde. Wenn die Eltern getrennt leben braucht es jemanden, der den „Mann im Haus“ ersetzt, solange die Buben mehr Arbeit verursachen als verrichten. Natürlich war er nicht rund um die Uhr da, aber immer dann, wenn man ihn brauchte. Er hat mich zu Fußballspielen gefahren, wenn meine Mutter arbeiten musste, er hat mir eine Modelleisenbahn geschenkt und mir geduldig erklärt, wie man sie bedient und repariert (aus der heutigen Perspektive muss ich eingestehen, dass er wohl mehr Spaß als ich daran hatte) und er hat mir erklärt, wie ein Computer funktioniert und warum den in Zukunft jeder brauchen wird.

Heute kann ich alle seine Lektionen gut gebrauchen. Wenn ich ihm bei Problemen

mit seinem Computer zur Seite stehe, ihm bei handwerklichen Arbeiten im Haushalt helfe, oder Omas Topfpflanzen im Herbst in den Keller trage denke ich oft daran, wie sich unsere Beziehung verändert hat. Er ist immer noch die Respektsperson, die er schon als Kind für mich war und er lässt es sich auch heute nicht nehmen, mir geduldig die verschiedensten Dinge zu erklären.

Aber ich merke immer mehr, wie sehr er und meine Oma jetzt auf andere angewiesen sind. Am Anfang haben sie sich schwer damit getan, die Familie um Hilfe zu bitten. Es ist andererseits auch schwer, Hilfe jemandem anzubieten, der geistig top-fit ist und dessen Stolz und Selbstverständnis weit davon entfernt sind, sich als pflegebedürftig einzustufen. Es war, denk ich, vor allem der Kontakt mit anderen Leuten aus ihrer Altersgruppe, der sie ermutigt hat, Hilfe anzunehmen. Wenn viele Leute aus dem Freundes- und Bekanntenkreis eine Haushaltshilfe haben, oder sich das Essen liefern lassen, fällt die Hemmschwelle



le deutlich geringer aus, professionelle Hilfe oder Hilfe von Angehörigen anzunehmen.

Mittlerweile wissen meine Großeltern, dass sie niemandem einen Gefallen tun, wenn sie sich selbst überstrapazieren oder Probleme verschweigen. Sie freuen sich jedes Mal, wenn ich vorbei komme und ihnen im Haushalt, im Garten oder beim Einkaufen zur Hand gehe. Auch wenn sie in vielen Situationen Hilfe brauchen, macht das noch lange keine entmündigten Pflegefälle aus ihnen. Ich hoffe, dass sie möglichst lange mobil und geistig fit bleiben und in ihrem Haus leben bleiben können.

### „Zum Glück hat Mutter liebevolle Nachbarinnen“ – (Ela, 62)

Seit fünf Jahren ist meine Mutter Witwe und wohnt allein in ihrem großen Haus. Wir drei Töchter und unsere Familien leben über ganz Deutschland verteilt, keine bei ihr am Ort. Sie klagt und beklagt sich nie, ist gern allein, und war sowieso nie kontaktfreudig. Sie hätte genug Platz in ihrem Haus, will aber niemanden im Haus haben. Zum Glück hat sie sehr liebevolle Nachbarinnen, die sie besuchen. Eine von den Nachbarinnen kümmert sich in allen Belangen rührend um sie, kauft ein, geht mit ihr zum Arzt, schaut im Haus nach dem Rechten und ist meine Ansprech-

partnerin. Ohne diese Nachbarin könnte meine Mutter vermutlich nicht mehr allein leben. Im Allgemeinen gefällt es ihr schon in ihrem Haus, das für sie einfach ideal ist, denn sie braucht all die vielen Dinge, die ihr Leben ausmachen und die sie anfassen und anschauen kann. Gelegentlich taucht trotzdem bei ihr der Gedanke auf, in ein Heim zu gehen, was sie sich eher wie ein Sanatorium vorstellt. Insofern fällt das Heim in dem Ort, wo sie wohnt, weg, dort hat mein Vater die letzten Monate seines Lebens verbracht, die Erinnerung daran gefällt ihr nicht. Sie will aber auch zu keiner ihrer drei Töchter ziehen, weder in deren Haus noch in ein Heim in den jeweiligen Wohnorten, weil ihr die Gegenden unbekannt sind.

Sie will in ihrer, unserer, alten Heimat leben, in der sich keine von uns mehr auskennt, die sie selbst auch schon seit 40 Jahren nicht mehr gesehen hat. Meine Schwester hat einmal zwei Wochen Sommerferien reserviert, um dort eine „Heimtournee“ mit meiner Mutter zu machen, von Probewohnen war auch die Rede. Kurz vor Beginn dieser Tournee hat meine Mutter die Unternehmung abgesagt, das sei ihr doch nicht Recht und nicht nötig. Das passiert öfter, dass sie kurzfristig gemeinsam beschlossene Aktivitäten einfach absagt, ohne Angabe von Gründen.

Sie kann keine weitreichende Entscheidung fällen, will sie vielleicht auch gar nicht, verbittet sich aber auch jede Einmischung unsererseits. Ihr immer wieder

auftauchender Spruch in solchen Situationen lautet: „Es kommt sowieso so, wie es kommen soll!“ Sie macht es uns nicht leicht, unser Mütterchen!

Und so versucht jede von uns drei Schwestern auf ihre Weise, ein bisschen Abwechslung und Erleichterung in das Leben meiner Mutter zu bringen, nicht immer mit Erfolg.

Dann wieder gibt es auch viele schöne Momente mit ihr, wenn wir mit ihr telefonieren, dann lacht sie sehr gern und viel, freut sich über die Anrufe, gesteht sich aber auch zu, sich Dinge, die sie nicht interessieren, einfach nicht zu merken. Wenn wir sie besuchen, was aufgrund der sehr großen Entfernung nicht allzu oft passiert, gibt es manchmal ausgesprochen schöne Momente, da gelingt es uns öfter, sie zu Ausflügen in der näheren Umgebung, die sie sehr gut kennt, zu überreden. Diese Ausflüge kann sie sehr genießen und wird plötzlich auch wieder sehr mobil. Da tut es mir dann schon sehr leid, wenn ich sie nach ein paar Tagen, in denen sie richtig aufgelebt ist, wieder verlasse, wohl wissend, dass sie jetzt erst mal froh ist, wieder ihre Ruhe zu haben.

### „Sich kümmern neben Arbeit und Alltag erfordert Kraft“ – (Christoph, 52)

Mich – neben der Arbeit und dem eigenen Alltag – regelmäßig um meine pflegebedürftige 87 jährige Mutter zu kümmern:

- erfordert Kraft/Energie und Disziplin und dies nicht nur für „das Kümmern“ an sich, sondern auch, um immer wieder gegen ihren Widerstand an zuarbeiten und Überzeugungsarbeit zu leisten, wenn es um Dinge geht, die ihre Situation erleichtern oder verbessern würden.
- führt immer wieder zu inneren Konflikten oder auch Stress, wenn ich eigentlich andere Dinge (im Beruf oder privat) erledigen müsste.
- engt meine Flexibilität in Beruf, Partnerschaft und Freizeit ein, wenn ich mich

frühzeitig auf einen Termin bei meiner Mutter festlegen oder mich kurzfristig, aus einem aktuellen Anlass, um sie kümmern muss.

- sorgt manchmal auch für Konflikte mit meiner Schwester, wenn wieder Termine bei meiner Mutter abgestimmt werden müssen.
- bringt mich aber auch, durch das gemeinsame Kümmern und Meistern von schwierigen Situationen, immer wieder eng mit meiner Schwester zusammen.
- gibt mir die Möglichkeit meiner Mutter etwas von dem zurückzugeben, was sie mir über viele Jahre gegeben hat: Versorgung/Unterstützung (Essen, Einkäufe, Haushalt, Arztbesuche u. a.), Aufmerksamkeit, Nähe/Wärme und Liebe!
- macht mir auch immer wieder viel Freude, wenn ich in ihrem Gesicht die echte Freude sehe, wenn ich zu Besuch komme oder sie anderweitig unterstützt habe!

### „An Tagen wie diesen ...“ – (Marlene, 50)

Freudestrahlend öffnet meine Mutter die Tür – ich trete in den Flur und nach 5 Sekunden ist klar, dass der kurze Zwischenstopp auf dem Weg ins Büro mit einer Tasse Kaffee, kleinem Kühlschrank-Check und Küsschen zum Abschied heute länger dauern wird. Ein „Malheur“ muss ausgebügelt werden – heißt: Bettwäsche komplett wechseln, Waschmaschine anwerfen und unsere Gefühlswogen glätten. Fast schon wieder unwichtig, dass heute Morgen mein Auto nicht angesprungen ist, ich mit öffentlichen Verkehrsmitteln viel zu spät beim Zahnarzt ankam und nun noch später als gedacht im Büro sein werde. Sie hat vom „Vater“ – also ihrem Mann – geträumt heut Nacht, er stand im Traum plötzlich vor der Tür. Mit einem Kloß im Hals nehme ich sie in den Arm, sage kurz darauf fröhlich winkend „Tschüss“ und mache mich auf den Weg in die Arbeit. Während ich zur U-Bahn hetze, steigen mir Tränen in die Augen. „Bitte einsteigen!“ Das zerknüllte Taschentuch

in den Papierkorb versenken. Bin unglaublich froh, dass ich nicht nach Dienstplan arbeiten muss.

### „Einmischung von Kindern war früher nicht vorgesehen“ – (Monika, 61)

Aber irgendwann war meine Mutter einfach zu erschöpft, um den Alltag mit meinem Vater noch allein zu bewältigen. Mein Vater hatte mittlerweile massive Probleme mit dem Tag-Nacht-Rhythmus, meine Mutter bekam nicht mehr genug Schlaf und war ansonsten ständig von meinem Vater gefordert. (Essen auf Rädern hatte sie wohlweislich schon relativ früh bestellt). Als ich einmal wieder zu Besuch war – ich wohne 700 km entfernt und war zu dem Zeitpunkt noch berufstätig –, habe ich es geschafft, mit Einverständnis meiner entkräfteten Mutter einen privaten Pflegedienst zu engagieren. Die Dame, die fortan meinen Vater versorgte, war sehr kompetent, kümmerte sich auch sehr um meine Mutter, weil pflegende Angehörige von Demenzkranke auch viel Zuwendung brauchen. Das tat meiner Mutter einerseits sehr gut und sie lebte wieder auf, andererseits war sie unglaublich eifersüchtig auf die Dame, die mein Vater auch sehr mochte und die ihr viel zu viel Unordnung ins Haus brachte, weil zunehmend medizinische Hilfsmittel notwendig wurden. Sie hat dann ohne Absprache mit ihren Kindern oder der Pflegerin meinen Vater ins Pflegeheim gegeben. Das war ein Schock, als ich plötzlich von der Heimleitung angerufen wurde und um Auskünfte zu meinem Vater gebeten wurde. Ich war für die restliche Lebenszeit meines Vaters der Ansprechpartner für seine medizinischen Belange, meine Mutter wollte und konnte diese Aufgabe nicht übernehmen. Nur in medizinischen Fragestellungen hat sich meine Mutter kooperativ gezeigt, ansonsten war auch bei ihr eine Einmischung vonseiten der Kinder nicht vorgesehen, eben so, wie es in ihrer Generation üblich war.



„Leider haben wir es nicht geschafft, sie bis zum Schluss zu pflegen ...“ – (Anna, 57)

Erst grinste sie tückisch, dann fuhr sie mich an: „Du hast doch wieder alle Schlüssel geklaut!“. Tatsächlich fehlten sämtliche Schlüssel an der langen Schrankwand in der Diele ihrer Wohnung. Jetzt bloß nichts Falsches antworten! Ich lenkte meine Mutter ab und ging mit ihr in die Küche, Kartoffeln schälen. Die Schalen warfen wir dann in den Müllbeimer. „Klappe zu“ sagte ich, „Affe tot“, meine Mutter. An Lieder, Gedichte und Reime erinnerte sie sich immer noch, das stimmte sie friedlich!

Nachher suchte ich ihre Verstecke ab. Dieses Mal fand ich alle Schlüssel unter ihrem Kopfkissen und verteilte sie wieder auf alle Schlüssellocher.

Demenz Alzheimer bekam unsere Mutter bereits bevor unser Vater an Krebs erkrankte. Wir, fünf Geschwister und meine Schwägerin, haben ihn fast zwei Jahre in der Wohnung unserer Eltern gepflegt, wo ich ihn auch eines morgens tot im Bett auffand.

Eines Tages im tiefsten Winter ging ich mit ihr einkaufen. Im Supermarkt angekommen blieb sie wie angewurzelt stehen und zitterte am ganzen Körper. Mein Blick fiel auf ihre Füße und ich sah, dass sie keine Strümpfe trug. Schnell nahm ich ein Paar von einem Ständer und zog sie ihr an. Dabei liefen mir Tränen über das Gesicht, denn mir wurde zum ersten Mal richtig bewusst, dass diese Krankheit sie niemals wieder loslassen wird.

Unter der Woche übernahm ich, nach Absprache mit meinen Vorgesetzten, die Pflege jeden Donnerstag und ging am späteren Nachmittag noch ins Büro. Die fehlende Zeit holte ich an den anderen Tagen auf. Eine Entlastung war für uns später die Tagespflege an drei Tagen

unter der Woche. Sobald meine Mutter abgeholt wurde, konnten wir uns um den Haushalt und um die Berge von Wäsche kümmern ... und wieder alle Teller mit den belegten Broten suchen, die sie für den Vater abends versteckte, schließlich besuchte er sie ja jede Nacht. Das tat sie selbst dann, wenn wir mit ihr sein Grab am gleichen Tag drei Mal hintereinander besuchten. Kaum zuhause angekommen fragte sie: „Wann gehen wir endlich Vati besuchen?“.

Mein Bruder wohnte mit seiner Familie im gleichen Mietshaus. Einerseits war das ein Glück für uns, andererseits aber waren er und meine Schwägerin dadurch ständig gefordert. Nachdem unsere Mutter nachts kaum noch schlief und fast stündlich in voller Montur – fünf Pullover übereinander, aber nur mit Unterhose bekleidet – die Familie aus dem Bett klingelte, beschlossen wir zunächst, reihum auch über Nacht bei ihr zu bleiben. Wir hätten es ihr sehr gegönnt, aber leider haben wir es nicht geschafft, sie bis zum Schluss zuhause zu pflegen.

# „Mein Brüderchen hat nur Trotz. Aber Oma hat eine Krankheit, die heißt Alzheimer ...“

## Demenz, psychische Störungen und Entlastung für die Familie.

Nicht selten herrscht in der Bevölkerung die Meinung, dass ältere Menschen zunehmend schwieriger, seltsamer und schrulliger werden, man spricht dann auch gerne von Marotten im Alter.

In bestimmten Fällen kann es sich aber bei Persönlichkeits- und Verhaltensänderungen auch um eine beginnende psychisch Erkrankung bzw. Störung handeln. Psychische Störungen sind im Alter nicht häufiger als in jungen Jahren, ca. 25 Prozent

der über 65-jährigen leiden unter einer behandlungsbedürftigen Störung. Die häufigsten psychischen Erkrankungen im höheren Lebensalter sind Depressionen, Demenzen und Verwirrtheitssyndrome, Angststörungen, Alkohol- und insbesondere Medikamentenabhängigkeit sowie Belastungsstörungen z. B. im Rahmen eines Todesfalles. Ältere Menschen sind per se nicht unglücklicher als junge, wie eine Berliner Altersstudie gezeigt hat. Hinter Traurigkeit und Antriebsverlust kann



Bundesfamilienministerin Manuela Schwesig besuchte die „Initiative familienbewusste Personalpolitik und das Klinikum Nürnberg im August 2014.

sich aber auch eine Depression verbergen. Depressive Episoden sind mit ca. 15 bis 17 Prozent im Alter ab dem 65 Lj. am häufigsten, wobei ca. 2 bis 3 Prozent schwere Phasen sind. Depressionen sind im Allgemeinen durch ein speziell mehrstufiges Behandlungsprogramm gut behandelbar. Psychotherapie und Medikamente haben dabei einen hohen Stellenwert.

Im Rahmen von depressiven Phasen kann es zu Suizidgefährdung kommen, Suizidversuche und Suizide sind im Alter nicht häufiger als in jungen Jahren, ältere Männer sind aber eine besondere Risikogruppe.

Bei Gedächtnissstörungen muss man zwischen normaler Altersvergesslichkeit und behandlungsbedürftiger Demenz unterscheiden. Daher ist es sehr wichtig, eine alltagsrelevante Vergesslichkeit rechtzeitig diagnostisch z. B. in einer Gedächtnissprechstunde abklären zu lassen. Bestimmte Demenzen wie z. B. die

Alzheimer-Erkrankung kann man nämlich inzwischen durch medikamentöse und andere Therapiemaßnahmen im Verlauf bessern, eine Heilung ist bisher aber noch nicht möglich.

Angehörige können sich Informationen und Beratungen zu Demenzen bei der zuständigen Angehörigenberatung oder auch im Internet z. B. [www.altern-in-würde.de](http://www.altern-in-würde.de), einer Sektion des Deutschen Grünen Kreuzes e. V., holen.

Bei allen gesundheitlichen Fragen und Problemen des Alterns, bei denen der Haus- bzw. Facharzt nicht weiterhelfen kann, kann man sich an das Zentrum für Altersmedizin am Klinikum Nürnberg Nord wenden.

Zentrum für Altersmedizin, Klinikum Nürnberg Nord  
Telefon 09 11 / 3 98 79 58  
[www.altersmedizin-nuernberg.de](http://www.altersmedizin-nuernberg.de)

# Alltag mit Demenz – was Betroffene und ihre Familien brauchen

Wenn ein älterer Mensch an einer Demenz erkrankt, so ist mit ihm die ganze Familie betroffen. Barbara Lischka ist bei der Angehörigenberatung e. V. Nürnberg (Fachstelle für pflegende Angehörige und Demenzberatung) tätig. Sie zeigt auf, was Sie wissen sollten und wie Sie allen Beteiligten das Leben ein wenig leichter machen können:

„Menschen mit Demenz machen ständig die Erfahrung, dass sie ihr Leben nicht mehr so im Griff haben wie früher, dass sie sich an vieles nicht erinnern können – selbst in Alltagssituationen sind sie verunsichert. Von ihrer Umgebung fühlen sie sich bevormundet und nicht mehr ernst genommen. Was sie deshalb dringend brauchen, ist die Stärkung ihres Selbstwertgefühls. In der täglichen Kommunikation lässt sich hier einiges tun:

Konfrontieren Sie jemanden mit Demenz nicht mit dem, was nicht mehr klappt, denn dies führt zwangsläufig zu Frustration und damit entweder zu Rückzug oder Aggression und Verteidigung.

Sagen Sie also nichts, wenn beim Tischdecken die Messer vergessen wurden, sondern gleichen Sie unauffällig aus.

Fragen Sie nicht nach kurz zurückliegenden Details. Schon die Frage „Was hast Du denn heute zu Mittag gegessen?“ kann eine demenzkranke Person in der Regel nicht beantworten – es ist ja gerade das Kurzzeitgedächtnis, das nicht mehr funktioniert!

Versuchen Sie, Anschuldigungen nicht persönlich zu nehmen, und stellen Sie den Sachverhalt nicht klar – das löst in der Regel nur einen immer weiter eskalierenden Streit aus.

Egal ob Sie erste Zeichen für Vergesslichkeit bei Ihren Eltern beobachten oder ob Sie bereits seit Jahren Ihren demenzkranken Partner pflegen – das Leben mit Demenz ist belastend und aufreibend. In Nürnberg gibt es eine ganze Reihe von



Betreuungsangeboten für Menschen mit Demenz – von der individuellen Betreuung stundenweise zuhause über Betreuungsgruppen bis hin zur ganztägigen Betreuung in Tagespflegeeinrichtungen. Nutzen Sie solche Angebote, um selbst wieder durchatmen und Kraft schöpfen zu können.

Die Angehörigenberatung e. V. Nürnberg informiert über diese Angebote und berät Sie kostenlos in allen Fragen rund um Alzheimer Erkrankung und Demenz. Wir unterstützen Sie in dem schwierigen Prozess der Auseinandersetzung mit den Folgen der Demenz.

Viele Angehörige profitieren auch von Gesprächsgruppen (die verschiedene Anbieter durchführen) sowie von den Seminargruppen zum Thema Demenz, die wir viermal im Jahr anbieten. Hier erhalten Sie viele Hintergrundinfos zum Krankheitsbild und zu rechtlichen Fragen; hier haben Sie die Möglichkeit, mit anderen Betroffenen ins Gespräch zu kommen und neue Wege der Alltagsgestaltung mit ihrem an Demenz erkrankten Familienmitglied zu entdecken.“

Angehörigenberatung e. V.

Telefon 09 11 / 26 61 26

[www.an gehoerigenberatung-nbg.de](http://www.an gehoerigenberatung-nbg.de)

# „KidZ – Kinder und Demenz“



Prof. Dr. Christine Brendebach schildert das Beratungs- und Schulungsangebot „KidZ“:

*„Ich bin jetzt zehn und eine große Schwester. Die große Schwester von Benni. Der ist erst vier. Wenn er den Teller vom Tisch wirft, kriegt er Schimpfe. Das versteht er nicht. Ich verstehe es. Es gibt zwischen Benni und Oma einen großen Unterschied. Benni hat nur Trotz. Oma hat eine Krankheit und diese Krankheit nennt man Alzheimer.“*

(Körner-Armbruster, 2011, Oma Lenes langer Abschied. Eine Familie erlebt die Alzheimerkrankheit. Sommer-Wind-Verlag).

Mit diesen Beobachtungen und Gedanken einer Zehnjährigen beginnt das Kinderbuch „Oma Lenes langer Abschied“ und trifft damit ein bisher wenig beachtetes Thema auf den Punkt: die Wahrnehmung demenziell erkrankter Menschen aus der Perspektive ihrer Enkel- und Urenkel. Dass demenzielle Erkrankungen mit der Steigerung von Lebenserwartung in den nächsten Jahren weiter zunehmen werden, ist allgemein bekannt. Doch was bedeutet das Thema für Kinder und Jugendliche? Denn auch sie kommen in der eigenen Familie oder im weiteren

sozialen Umfeld mit betroffenen alten Menschen in Berührung.

Wie können Kinder und Jugendliche ein Krankheitsbild erfassen und verstehen, das selbst für Erwachsene nur schwer nachzuvollziehen ist?

Was bedeutet es für Kinder, wenn sie von den eigenen Großeltern nicht mehr erkannt werden?

Was bedeutet es für sie, wenn sich im Rahmen des Pflegebedarfs demenziell erkrankter Angehöriger ein ganzes Familiensystem darauf einstellen muss, z. B. die zeitlichen Ressourcen der Eltern immer knapper werden?

Wie reagieren Kinder und Jugendliche auf herausforderndes Verhalten demenzkranker Menschen?

Wie gehen Kinder und Jugendliche auch untereinander damit um, wenn z. B. die eigene Großmutter demenzkrank ist?

Welche Rolle spielen hier eigene Scham und die Tabuisierung des Themas?

Welche Hilfen können Kindern und Jugendlichen an die Hand gegeben werden, um Menschen mit Demenz zu verstehen und gut auf sie einzugehen?

Kinder und Jugendliche nehmen im Umgang mit demenziell erkrankten Menschen einen ganz eigenen Blickwinkel ein. Das Schulungs- und Beratungsangebot will eben da ansetzen. „KidZ – Kinder und Demenz“ macht folgende Angebote:

- Beratungsangebote für Kinder, Jugendliche und Familien, die mit dem Thema konfrontiert werden
- Schulungen zum Thema „Demenz“ in Kindergärten und Schulen in Form von Unterrichtseinheiten, Seminaren oder Workshops

- Multiplikatorenenschulungen für ErzieherInnen und PädagogInnen, die zu dem Thema mit Kindern und Jugendlichen arbeiten wollen
- Öffentlichkeitsarbeit in Alten- und Pflegeheimen, Demenzforen, ... für Eltern und Angehörige.

Das KIDZ-Angebot betrachtet kinderspezifische Aufklärung und die Erleichterung von Zugängen zwischen Jung und Alt im Kontext einer gesamtgesellschaftlichen Verantwortung. Wenn Verstehen und Begegnung zwischen demenziell Erkrankten und deren Enkel- bzw. Urenkelge-

neration gefördert wird, kann dies ein Beitrag zur Intergenerationensolidarität sowie zu persönlichem Wachstum sein. Ziel des Projektes ist es, einen Beitrag zur gesellschaftlichen Diskussion demenzieller Erkrankungen unter diesem spezifischen Focus zu leisten. Dadurch soll Verstehen ermöglicht und Begegnungen zwischen Demenzkranken und jungen Menschen unterstützt werden.

Institut für Gerontologie  
und Ethik / Ev. Hochschule Nürnberg  
Prof. Dr. Christine Brendebach  
[christine.brendebach@i-ge.de](mailto:christine.brendebach@i-ge.de)

## Wenn ein Umzug nötig ist ... – Wohnen, Pflegeheim und sonstige Alternativen.

Wird ein Umzug angedacht, sollte man in die Überlegungen einbeziehen, ob Wohnen mit Betreuung auch in der bisherigen Umgebung organisiert werden kann, z. B. mit Hausnotruf, Essensdienst, Pflegedienst und Besuchsdienst.

„Betreutes Wohnen“ ist kein standardisierter Begriff mit einer Vorgabe bestimmter Leistungen. Üblicherweise versteht man darunter das selbstständige Leben in einer barrierefreien Wohnung. Den Hausbewohnern stehen außerdem Gemeinschaftsräume zur Verfügung. Wichtigste Vertragsgrundlage ist der private Miet- oder Kaufvertrag. Daneben ist der Abschluss eines Betreuungsvertrags üblich, der die vorgehaltenen Serviceleistungen der Einrichtung und deren Kosten festlegt, beispielsweise Hausmeisterdienst, Beratung oder Organisation von Veranstaltungen. Zusatzleistungen wie Essensversorgung, Reinigungsdienst, Begleitservice oder Hausnotruf werden normalerweise gesondert berechnet. Besteht Pflegebedarf, schließt der Bewohner oder die Bewohnerin einen gesonderten Vertrag mit einem Pflegedienst ab. Von der Pflegekasse erhält er oder sie die entsprechende Leistung

für ambulante Pflege. Für alle Kosten im Betreuten Wohnen müssen die BewohnerInnen und Bewohner selbst aufkommen, eine Finanzierung durch das Sozialamt ist nicht möglich.

Weitere Wohnformen bei einer weitgehend selbstständigen Lebensart sind

- Altenwohnanheime (seniorengerechte Wohnung mit Gemeinschaftsräumen),
- Seniorenwohnanlagen (seniorengerechte Wohnung), Wohnstifte oder Residenzen (seniorengerechte Wohnung mit Betreuungsleistungen und Pflegestation im Haus).
- Menschen mit geringem Einkommen haben in Nürnberg die Möglichkeit, sich beim Wohnungssamt für eine sozial geförderte seniorengerechte Wohnung vormerken zu lassen.

Altenheime sind Einrichtungen für ältere Menschen, die rüstig sind und noch keinen Pflegebedarf haben. Ihnen geht es meist um die hauswirtschaftliche Versorgung und die Sicherheit einer Gemeinschaft. Altenheime fallen unter das Heimgesetz und unterliegen der kommunalen Aufsicht. Wichtigste Vertragsgrundlage ist daher der Heimvertrag. Als übliche



Leistungen beinhaltet er das Wohnen in einem Einzelzimmer mit Nasszelle, Verpflegung mit Essen, Wäscheversorgung und Zimmerreinigung. Im Bedarfsfall kann die Sozialhilfe Kosten übernehmen.

Pflegeheime sind Einrichtungen, die eine Betreuung, Versorgung und Pflege rund um die Uhr bieten. Voraussetzung ist das Vorliegen einer Pflegestufe. Üblicherweise leben die Bewohnerinnen und Bewohner in einem Doppel- oder Einzelzimmer mit Nasszelle und Basismöblierung.

Pflegeheime unterliegen vielfältigen Vorgaben und auch der kommunalen Aufsicht. Im Heimvertrag sind Grund- und Wahlleistungen definiert. Der Pflegesatz ist unterteilt in Unterkunft, Verpflegung und Investitionskosten. Der Anteil, der von der Pflegekasse finanziert wird, muss um einen Eigenanteil ergänzt werden. Reicht er nicht aus, kann beim Bezirk Mit-

telfranken Sozialhilfe beantragt werden. Liegen bei pflegebedürftigen Menschen Orientierungsstörungen vor, die zu einer Eigengefährdung führen, ist die Aufnahme in einer beschützenden Wohngruppe innerhalb eines Pflegeheimes das Richtige. Diesem Aufenthalt muss gerichtlich zugestimmt sein, da die Eingangstüre abgesperrt wird.

Für Menschen mit demenziellen Erkrankungen, aber ohne Eigengefährdung, stehen Wohnmöglichkeiten in ambulant betreuten Wohngruppen zur Verfügung. Sie leben hier auf der Basis eines Mietvertrages zusammen und werden von einem ambulanten Dienst rund um die Uhr versorgt.

Kurzzeitpflege-Einrichtungen nehmen pflegebedürftige Menschen befristet auf, beispielsweise nach einem Klinikaufenthalt, bis ein dauerhafter Heimplatz

gefunden ist, wenn pflegende Angehörige verhindert sind oder sich in Urlaub befinden. Einrichtungen, die ausschließlich Kurzzeitpflege anbieten, vergeben die Termine langfristig. Fast alle Pflegeheime in Nürnberg sind bereit, aktuell freie Plätze pflegebedürftigen Menschen für befristete Kurzzeitpflege zur Verfügung zu stellen.

In einem Hospiz leben Menschen jeden Alters, unabhängig von Glaubenseinstel-

lung und Nationalität, die ihren letzten Lebensabschnitt begonnen haben. Sie leiden unter einer unheilbaren Krankheit im fortgeschrittenen Stadium, eine Heilung ist nicht mehr möglich. Wenn diese und einige andere Voraussetzungen erfüllt sind, bieten Hospize die Versorgung und Begleitung der Betroffenen und ihrer Angehörigen an. Die Personalausstattung des multiprofessionellen Teams ist höher als im Pflegeheim und wird sowohl von Pflege- als auch Krankenkassen mitfinanziert.

## **Wunsch und Willen respektieren: Von „Betreuungsverfügung“ bis „Bestattungsvorsorge“.**

Viele Menschen blicken mit vielen Fragen auf Pflegebedürftigkeit und das Ende ihres Lebens, z. B. Werde ich zu Hause sterben können oder muss man mich ins Krankenhaus bringen? Werde ich selbst bestimmen können, welche medizinischen Handlungen an mir vorgenommen werden oder nicht? Kann eine Person ihren Willen nicht mehr selbst äußern, muss jemand für sie Entscheidungen treffen.

Bevollmächtigte, Betreuer oder Ärzte sollen so handeln, dass dies dem mutmaßlichen Willen der Betroffenen entspricht. Je deutlicher jemand in gesunden Tagen seine Vorstellungen im persönlichem Umfeld äußerte und/oder schriftlich festlegte, desto größer die Wahrscheinlichkeit, dass sie umgesetzt werden.

Wer dann von einer Vertrauensperson vertreten werden will, muss eine Vorsorgevollmacht erstellt haben und die eigenen Vorstellungen zur Versorgung benennen, sei es zur Aufenthaltsbestimmung, zur Regelung der Finanzen und bei Behörden, zur Postöffnung etc.

Ist jemand dauerhaft hilflos und liegt keine Vorsorgevollmacht vor, kann das Vormundschaftsgericht einen Betreuer bestellen, der seine Angelegenheiten regelt. In der Betreuungsverfügung können eine oder mehrere Person genannt werden, die man für diese Aufgabe eingesetzt haben möchte.

Eine Patientenverfügung regelt schriftlich, welche Art von medizinischer und pflegerischer Versorgung oder seelsorgerischer Begleitung dann umgesetzt werden soll, wenn eine eigene Willensäußerung nicht mehr möglich ist.

In einer Bestattungsvorsorge wird geregelt, wie Trauerfeier und Bestattung im eigenen Sinne organisiert werden sollen. Auch hierzu kann der Pflegestützpunkt Tipps geben, z. B. über entsprechende Vordrucke.

Die Betreuungsstelle des Sozialamtes organisiert zu Fragen der Vorsorge regelmäßig Veranstaltungen:  
[www.nuernberg.de/internet/sozialamt/betreuungsstelle.html](http://www.nuernberg.de/internet/sozialamt/betreuungsstelle.html)



# „Alles, was Recht ist ...“: Gesetzliche Grundlagen zur Entlastung pflegender Angehöriger.

Das Pflegezeitgesetz ermöglicht es Angehörigen, eine kurz- oder längerfristige Freistellung von ihrer Beschäftigung zu erhalten, ohne ihren Arbeitsplatz aufzugeben oder zu gefährden.

Eine kurzfristige Freistellung von bis zu zehn Tagen erhalten Angehörige, um bei akut aufgetretenen Situationen die erforderlichen Informationen zur Pflege einzuholen und eine bedarfsgerechte Pflege zu organisieren. Auf Verlangen des Arbeitgebers ist ein Attest vorzulegen. Der Arbeitnehmer erhält während dieser Zeit auf Antrag von der Kasse der betroffenen Person „Pflegeunterstützungsgeld“ als Lohnersatzleistung.

Eine „Pflegezeit“ mit Freistellung von bis zu sechs Monaten ist dann möglich, wenn zur Pflege eines nahen Angehörigen mit einer festgestellten Pflegestufe die Berufstätigkeit unterbrochen werden soll. Anspruch darauf haben Beschäftigte eines Betriebes mit einer Belegschaft über 15 Personen. Die Pflegezeit ist beim Unternehmen mindestens zehn Tage vorher zu beantragen. Zur Weiterzahlung

der Vergütung ist der Arbeitgeber nur verpflichtet, soweit sich dies aus anderen Verträgen ergibt (z. B. Beamtenrecht, Tarifverträge). Zur Weiterführung der Sozialversicherung bestehen besondere Regelungen.

Um die Vereinbarkeit von Beruf und Pflege zu erleichtern, indem weiterhin eine Vergütung fließt, wurde vom Gesetzgeber die „Familienpflegezeit“ eingeführt. Die Voraussetzungen sind ebenso wie bei der Pflegezeit. Hier kann die Arbeitszeit mit Einverständnis des Arbeitgebers, der allerdings dazu nicht verpflichtet ist, für maximal zwei Jahre reduziert werden bei einer verbleibenden Arbeitszeit von mindestens 15 Stunden pro Woche. Das Gehalt wird in dieser Zeit aufgestockt auf 75 % des bisherigen. Nach Rückkehr zur ursprünglichen Arbeitszeit wird es solange reduziert, bis der Gehaltsvorschuss wieder ausgeglichen ist. Pflegende Angehörige sind während der „Familienpflegezeit“ finanziell abgesichert und können den Kontakt zum Unternehmen halten.

[www.familien-pflege-zeit.de](http://www.familien-pflege-zeit.de)

# „Wer mit Pflegeerfahrung in den Betrieb zurückkehrt, bringt einen Erfahrungsschatz mit!“

Hermann Imhof, bayerischer Patienten- und Pflegebeauftragter.



Hermann Imhof, bayerischer Patienten- und Pflegebeauftragter.

Der Nürnberger Landtagsabgeordnete Hermann Imhof ist seit Anfang 2014 Patienten- und Pflegebeauftragter der Bayerischen Staatsregierung.

Wenn er über nötige Veränderungen in der Pflege spricht, dann tut er das so leidenschaftlich, wie er sich vor 14 Jahren für ein „Bündnis für Familie“ in Nürnberg eingesetzt hat: „Meine eigene Tochter ist alleinerziehend und Krankenschwester. Ich weiß von ihr, wie schwer der Spagat zwischen Familie und Beruf ist. Sie sagt mir aber auch: 'Papa, wir Pflegekräfte sind ständig außer Atem!'“.

Die Imhofs unterstützen ihre Tochter, indem sie mehrmals wöchentlich nach dem Hort ihr Enkelkind betreuen. Vorbild für das „Miteinander/Füreinander“ in der Familie war Hermann Imhof der eigene Vater, von dem der 61-jährige sagt, er habe ihn stark geprägt: „Wir waren fünf Geschwister und mein Vater hat seine Kinder eigenhändig auf offener Straße gewickelt. Das war in dieser Generation alles andere als selbstverständlich!“

Heute ist der Vater in einem Pflegeheim untergebracht, in dem er, so der Sohn, mit „Herz und Verstand“ gepflegt werde. Auch Hermann Imhofs Enkelkinder besuchten ihren parkinsonkranken Uropa im Heim, als eine Geste des Miteinanders, das der Familie so wichtig ist.

„Was wir brauchen, das ist vor allem mehr Respekt vor den Pflegeberufen!“ so der Pflegebeauftragte, „Das heißt im Klartext: Eine ordentliche Bezahlung, eine Verbesserung des Pflegeschlüssels und zusätzliches Personal in den Einrichtungen!“ Dabei sei aber auch sicher, dass bessere Pflege mehr kosten und die Pflegeversicherung auch künftig keine Vollkaskoversicherung sein werde.

Imhof weiß aus seiner Arbeit, dass die Rahmenbedingungen für pflegende Angehörige noch längst nicht ausreichend sind: „Pflege durch Angehörige selber ist häufig Akkordarbeit, die die Betroffenen an die Grenzen der Belastbarkeit bringt. Von rund 330 000 zuhause gepflegten Personen in Bayern werden rund 2/3 durch Familienangehörige gepflegt.



Ich selber habe an meine eigenen Kinder nicht die Erwartung, diese Leistung zu erbringen. Unsere berufstätigen Kinder haben es heute schwerer als frühere Generationen, Pflege zu leisten.“

Damit Unterstützung von pflegebedürftigen Angehörigen möglich ist, müssen auch Arbeitgeber ihren Beitrag leisten: „Wenn Firmen engagierte Arbeitskräfte an sich binden wollen, müssen sie lebensphasenorientiert – d. h. auch im Pflegefall – Freistellung ermöglichen. Arbeitgeber müssen sich vor Augen halten, dass jemand, der mit Pflegeerfahrung zurückkehrt, einen Schatz an Erfahrungen und Kompetenzen mitbringt!“

Der Pflegebeauftragte ist insbesondere Sprachrohr für Patienten, Pflegebedürftige und Pflegende. An ihn und sein Team – zu dem eine Juristin ebenso zählen wie eine Ärztin, eine Pflegefachkraft und eine Verwaltungsangestellte – können

auch direkte Anfragen gestellt werden. Hermann Imhof unterzeichnet alle Antworten selber und nimmt in vielen Fällen auch persönlichen Kontakt auf.

[www.patientenportal.bayern.de/  
patientenbeauftragter](http://www.patientenportal.bayern.de/patientenbeauftragter)



# Vereinbarkeit von Pflege und Beruf ermöglichen!

## Was können Unternehmen tun?

Gute Kommunikation im Unternehmen ist unverzichtbar!



Daniela Scheurlen

„Zwei von drei Beschäftigten (69 %) rechnen damit, dass sie künftig einen Angehörigen pflegen werden. Wenn sie keine betriebliche Unterstützung erhalten, wird sich ein nicht unerheblicher Teil dazu entschließen müssen, ihr berufliches Engagement einzuschränken!“

Nach einer Umfrage der berufundfamilie gGmbH geben 84 % der Arbeitgeber an, dass sie Schwierigkeiten beim Einstieg in das Thema haben, weil ihnen Praxishilfen fehlen.

Reden Arbeitgeber und Beschäftigte nicht miteinander, können auch keine passgenauen Angebote entstehen.

Hier setzt der von der berufundfamilie gGmbH entwickelte Stufenplan zur Vereinbarkeit von Beruf und Pflege an, den Sie auf der dortigen Homepage finden:

Er dient als praktisches Hilfetool beim Einstieg in das Thema. In vier strategisch aufeinander aufbauenden Stufen listet er über 80 mögliche Maßnahmen, die häufig nur eines geringen Aufwands und geringer Kosten bedürfen. Dabei sieht er von Anfang an die Kommunikation als einen der Schlüssel zu einer gelingenden pflegegerechten Personalpolitik.“

Daniela Scheurlen begleitet als Organisationsentwicklerin und Auditorin der berufundfamilie Service GmbH auch im audit berufundfamilie zertifizierte Unternehmen der Metropolregion und engagiert sich in der „Initiative familienbewusste Personalpolitik“.

[www.beruf-und-familie.de](http://www.beruf-und-familie.de)  
[www.familienbewusste-personalpolitik.de](http://www.familienbewusste-personalpolitik.de)



# Wir geben einige Anregungen, wie Sie Beschäftigte entlasten können und davon profitieren – denn zufriedene Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind ein Gewinn!

## Arbeitszeiten

- Flexible Arbeitszeiten setzen oft eine Prüfung der Arbeitsabläufe voraus: Wann finden zum Beispiel Meetings statt?
- Unternehmen stehen mitunter vor dem Problem, dass Teilzeitbeschäftigte am liebsten vormittags arbeiten, für den Nachmittag dagegen kaum Teilzeitkräfte zur Verfügung stehen. Bei Pflegenden in Teilzeit bietet es sich eventuell an, gezielt nach der Möglichkeit für nachmittägliche Arbeitszeiten zu fragen und bei der Suche nach einer Nachmittagsversorgung zu unterstützen.
- Die Doppelbelastung von komprimierter Vollzeittätigkeit und Pflege kann zu einer Überlastung von Beschäftigten, mit Folgen für den Gesundheitszustand und die Arbeitsleistung, führen. Alternative Arbeitszeitmodelle sollten gemeinsam entwickelt werden.
- Es sollte nach Modellen gesucht werden, die einen Verbleib im Unternehmen ermöglichen, wie es z. B. das Familienpflegezeitgesetz vorsieht.
- Auch im Eigeninteresse des Unternehmens sollte bei pflegenden Beschäftigten darauf geachtet werden, dass der

Erholungsuraub in Anspruch genommen wird, um gesundheitlichen Folgen der Doppelbelastung vorzubeugen.

## Arbeitsorganisation

- Für funktionierende Teamarbeit ist es notwendig, gegenseitig laufend über den Arbeitsstand informiert zu sein, um in Abwesenheit von Kolleginnen und Kollegen Arbeiten weiterführen zu können. Klare Regeln zur Kommunikation, Dokumentation und Arbeitsübergabe sind hierfür notwendig. Auf dieser Grundlage wird es auch möglich, Beschäftigte kurzfristig freizustellen, ohne dass die laufende Arbeit entscheidend beeinträchtigt wird. Um die Bereitschaft zur Zusammenarbeit im Team nicht zu gefährden, ist darauf zu achten, dass alle Teammitglieder die Vorteile der flexibleren Arbeitsgestaltung nutzen können und Arbeit gerecht verteilt wird.

## Arbeitsort

- Abhängig davon, ob ungestörtes Arbeiten zuhause möglich ist, kann Telearbeit zur besseren Vereinbarkeit von Beruf und Pflege beitragen.



## Information und Kommunikation

- Eine „Notfallmappe“ rund um Pflege, oder auch diese Broschüre, die bei der Personalabteilung angefordert werden können, gibt im Ernstfall rasch wichtige Informationen.
- Eine unternehmensinterne Ansprechperson, die mit Unterstützungsangeboten für Pflegende vertraut ist, kann Beschäftigte kompetent beraten. Sie kann im persönlichen Gespräch eine Lotsenfunktion wahrnehmen. Es liegt auch im Interesse des Unternehmens, dass Betroffene schnell zu einer tragfähigen Lösung finden!

## Führung und Personalentwicklung

- Werden Fragen zur Pflegeverantwortung verbindlich in regelmäßige Mitarbeitergespräche eingebunden, so trägt dies dazu bei, dass Führungskräfte sich mit dem Thema beschäftigen müssen und hierfür sensibilisiert werden.
- Bei Beschäftigten mit Pflegeverantwortung sollte darauf geachtet werden, dass trotz alledem – zeitlich abgestimmt – Weiterbildungsangebote wahrgenommen werden können, um einer Dequalifikation vorzubeugen.

## Entgeltbestandteile und geldwerte Leistungen

- Pflegende Beschäftigte können durch Gewährung eines Zuschusses für haushaltssame Dienstleistungen wirkungsvoll entlastet werden.
- Praxisnahe Informationsveranstaltungen und Schulungen zum Thema Pflege im Unternehmen tragen dazu bei, die Doppelbelastung durch Pflege und Beruf besser zu bewältigen.



# Good Practice aus der Nürnberger Wirtschaft

## wbg Nürnberg GmbH



Mitarbeiter der wbg Nürnberg GmbH mit Familie.

Die Basis für das erfolgreiche Wirken der wbg sind engagierte, qualifizierte und leistungsbereite Mitarbeiter, die sich mit den Unternehmenswerten identifizieren und diese auch leben. Das setzt voraus, dass sich die Mitarbeiter wohlfühlen. Deswegen setzt die wbg auf eine familienbewusste Personalpolitik und bietet viele – auch individuelle – Lösungen zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie.

Ein ganz wesentlicher Baustein sind hierbei die Regelungen zur flexiblen Arbeitszeit. Neben der allgemeinen Gleitzeit und der Teilzeittätigkeit gibt es vor allem für Eltern während oder nach der Elternzeit ganz unterschiedliche Möglichkeiten der Arbeitszeitgestaltung. Damit soll den Eltern ermöglicht werden, berufstätig zu sein und dennoch genügend Zeit für ihre Kinder zu haben.

Die wbg bietet aber auch bei der Betreuung pflegebedürftiger Angehöriger Unterstützung, indem zum Beispiel für ein Seniorenheim Vorbelegungsrechte gelten. Zudem kann die unternehmenseigene Fachberaterin „Zukunft Wohnen“ in Anspruch genommen werden. Diese gibt Hilfestellung bei den Themen: selbstständig Wohnen im Alter, Wohnungsanpassung und die Beantragung der Finanzierungsmittel.

Eine große Unterstützung für Familien ist auch die Möglichkeit, ein Arbeitgeberdarlehen für den Immobilienerwerb zu erhalten, um so mitzuhelfen, den Traum der eigenen vier Wände realisieren zu können.

Für dieses Engagement wurde die wbg bereits zweimal von der gemeinnützigen Hertie-Stiftung mit dem audit berufundfamilie zertifiziert und 2014 durch den Arbeitgeberverband als „Familienfreundliches Unternehmen“ ausgezeichnet. Dies sind Belege dafür, dass bei der wbg Beruf und Familie miteinander vereinbar sind.





Claudia Sigl, Leiterin Personalbetreuung bei der Sparkasse Nürnberg.

Es kann von einem Tag auf den anderen passieren: Die 75-jährige Mutter erkrankt so schwer, dass sie Pflege braucht. Nur, wie lässt sich das für die betroffene Tochter / den betroffenen Sohn mit ihrem Beruf vereinbaren? „Wir helfen unseren Mitarbeitern im Ernstfall schnell und unbürokratisch“, erklärt Claudia Sigl, Leiterin der Personalbetreuung bei der Sparkasse Nürnberg, die das Thema Elder Care strategisch verantwortet. „Das kann zum einen sein, ihnen Sonderurlaub zu geben, zum anderen von Vollzeit auf Teilzeit zu reduzieren, im Arbeitszeitkonto ins Minus zu gehen oder mobil von daheim aus zu arbeiten. Abgestimmt wird die Lösung in der Regel direkt mit der Führungskraft und dem Team des Mitarbeiters und der zuständige Personalbetreuer wird eingeschaltet. Nachweise und Bestätigungen über die Pflegesituation, die der Arbeitgeber nach dem Pflegezeitgesetz verlangen könnte, können im Nachgang eingereicht werden, was dem Mitarbeiter den bürokratischen Aufwand schon mal erleichtert.“

Darüber hinaus hat die Sparkasse Angebote im Programm, die den Mitarbeitern weitere Hilfestellungen geben. Es gibt viele Infos im Intranet zum Thema, wie eine Notfallmappe, aktuelle Versionen von Patientenverfügung und Vollmachten, Muster eines Pflegetagebuchs oder sonstige interessante Links. In Infoveranstaltungen und Fachvorträgen werden die Facetten der Pflege Angehöriger näher gebracht. Mitarbeiter können sich bei Bedarf an eine externe anonyme Hotline für psychische Krisensituationen oder auch an die Personalbetreuer wenden. Außerdem besteht mit einem externen Anbieter eine Kooperation, wo sich die Mitarbeiter vorsorglich oder im akuten Pflegefall umfassend und kompetent zur Situation beraten und unterstützen lassen können. Eine aktuell eingeführte „Pflegesprechstunde vor Ort“ in der Sparkasse, zu der sich Mitarbeiter für ihren individuellen Fall einen persönlichen Beratungstermin geben lassen können, stößt auf große Resonanz.



# NÜRNBERGER Versicherungsgruppe



Kathrin Hau, Nürnberger Versicherung.



Seit vielen Jahren unterstützt die NÜRNBERGER ihre Mitarbeiter beim Balanceakt, Beruf und Familie in Einklang zu bringen. Im Rahmen des audit berufundfamilie konnten viele neue Maßnahmen umgesetzt werden. „Vermehrt kommen nun auch Anfragen zur Vereinbarkeit von Beruf und Pflege“, berichtet Kathrin Hau, verantwortliche Ansprechpartnerin für familienbewusste Personalpolitik bei der NÜRNBERGER. Eine Pflegesituation kann unvermittelt und urplötzlich auftreten, was die berufstätigen Angehörigen vor große Herausforderungen stellt. Sie brauchen dann schnelle und unbürokratische Unterstützung, sei es durch die Vermittlung von Beratungsstellen oder Informationen zu Freistellungs- und Teilzeitmöglichkeiten.

Die NÜRNBERGER hat für diesen Zweck die „4 Säulen der pflegesensiblen Personalpolitik“ entwickelt. Die 1. Säule steht für Information, Kommunikation und Beratung der Mitarbeiter. Die 2. Säule beinhaltet die Flexibilisierung von Arbeitszeit und -ort. Die 3. Säule stellt die Sensibilisierung von Führungskräften auf Situationen pflegender Mitarbeiter dar, um gemeinsam Lösungen zu gestalten. Und die 4. Säule ist die NÜRNBERGER betriebliche Gesundheitsvorsorge – ein wichtiger Präventionsbaustein für die Doppelbelastung durch Beruf und Pflege. Die verschiedenen Maßnahmen müssen dabei für jeden einzelnen Fall individuell ausgewählt werden. Dabei sind nicht nur die Mitarbeiterinteressen, sondern auch die betrieblichen Belange zu berücksichtigen. Sinnvoll ist es also, gemeinsam mit Mitarbeiter und Führungskraft die verschiedenen Möglichkeiten zu besprechen.

Das Interesse an dem Thema wächst und die NÜRNBERGER kümmert sich aktiv um die betroffenen Mitarbeiter. „Unsere Gesundheitstage im November 2014 waren Beruf und Pflege gewidmet“, blickt Kathrin Hau zurück. „Die Mitarbeiter konnten sich dabei allgemein mit der Pflegesituation auseinandersetzen, auch wenn sie selbst noch nicht akut davon betroffen sind.“

# Technische Hochschule Nürnberg Georg Simon Ohm

Mit dem Hochschulservice für Familien (HSF) hat die TH Nürnberg seit 2009 eine eigene Organisationseinheit, die Beschäftigte, Lehrende und Studierende bei der Vereinbarkeit von Beruf, Studium und Familie unterstützt. Er bietet zielgruppenorientierte und bedarfsgerechte Beratungs-, Informations- und Serviceangebote zu allen Fragen rund um das Thema Familie an.

Wie sieht der Beratungsalltag im Hochschulservice für Familien aus?

## Ein Beispieldfall ...

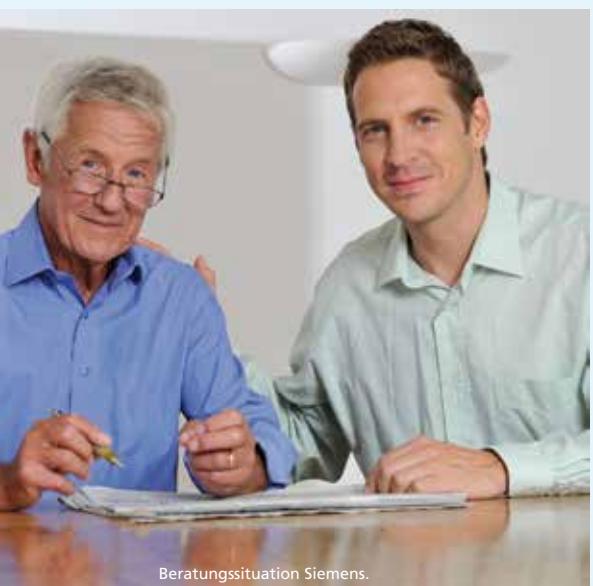
Peter M. ist seit fünf Jahren als Laboringenieur in Vollzeit an der TH Nürnberg beschäftigt. Seine Frau erwartet in zwei Monaten das erste Kind. Die Vorfreude ist groß, doch die Familie muss noch eine schwierige Situation meistern: Der Schwiegervater ist nach einem Schlaganfall in stationärer Behandlung und wird in nächster Zeit nach Hause entlassen. Die Familie weiß noch nicht, welche Aufgaben und Belastungen auf sie zukommen. Peter M. hat sich bereits auf der hochschuleigenen Online-Informationsplattform „Pflegende Angehörige“ über das Krankheitsbild „Schlaganfall“ informiert. Da er noch weiterführende Informationen benötigt, sucht er den HSF für ein persönliches Beratungsgespräch auf. Der Bereich „Eldercare -Pflegende Angehörige“ wird dort von einer Sozialpädagogin mit gerontologischer Zusatzqualifikation betreut. Peter M. erkundigt sich im Beratungsgespräch nach Möglichkeiten, die Betreuung des Schwiegervaters mit seiner beruflichen Tätigkeit zu vereinbaren. Da seine Frau und er die häusliche Versorgung seines Schwiegervaters nicht alleine bewältigen können, sucht er auch nach einem geeigneten ambulanten Pflegedienst. Die Beraterin recherchiert nach passenden Diensten in Wohnortnähe und rät ihm, sich an den Pflegestützpunkt Nürnberg zu wenden.

Im Hinblick auf seine Tätigkeit schlägt die Beraterin Peter M. vor, mit seinem Vorgesetzten über die gesetzlich geregelte Möglichkeit einer kurzfristigen Freistellung von bis zu zehn Arbeitstagen zu sprechen. Darüber hinaus hat er die Möglichkeit, den weiten Rahmen der Arbeitszeitmodelle an der TH Nürnberg auszuschöpfen, beispielsweise den Gleitzeitrahmen von 6.30 bis 19 Uhr (ohne Kernzeiten), Teilzeitarbeit und Home-Office. Weitere Ansprechpartner sind hierbei der Personalrat, insbesondere dessen Familienbeauftragter und die Personalabteilung. Die Beraterin verweist auf weitere Angebote des HSF, wie die Vortragsreihe „Eldercare“ und die Seminarreihe im internen Fortbildungsangebot, die immer wieder relevante Themen zu „Pflege und Beruf“ aufgreifen. Sie lädt Peter M. zu weiteren Beratungsgesprächen ein, sollte Bedarf bestehen.

[www.th-nuernberg.de/hochschulservice-fuer-familien](http://www.th-nuernberg.de/hochschulservice-fuer-familien)



# Siemens



Beratungssituation Siemens.

Den Grundstein für das mittlerweile deutschlandweite Programm „Elder Care“ bei Siemens haben schon 2006 die Aktivitäten an den Standorten Erlangen und Nürnberg gelegt. So informierten hier Experten die Siemens-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter in Sprechstunden zu Themen wie Demenz, Pflegefinanzierung oder Patientenvorsorge und Patientenvollmacht. Darüber hinaus arbeitet Siemens mit dem Verein Dreycedern e. V. und dessen Fachstellen für pflegende Angehörige und Demenzerkrankte in Erlangen zusammen.

Siemens bietet in Kooperation mit dem pme Familienservice ein Informations- und Beratungsangebot zu Elder Care mit aktuellem Basiswissen sowie praktische Tipps und Hilfestellung zur Versorgung pflege- und betreuungsbedürftiger Angehöriger. Außerdem können sich Siemens-Beschäftigte über eine gebührenfreie Telefon-Hotline von Experten beraten lassen. Besonders die Beratungszeiten in den Morgen- und Abendstunden werden von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern genutzt. Darüber hinaus werden ihnen bei Bedarf örtliche Beratungsstellen vermittelt.



Im Rahmen einer Feierabendakademie informieren externe Fachleute in Vorträgen über Themen rund um Pflege und Betreuung. Alle Siemens-Beschäftigte können sich außerdem über die gesetzlichen Regelungen hinaus für die Pflege von Hilfesuchenden bis zu zwölf Monaten ganz oder in Form von Teil-Pflegezeit freistellen lassen oder die Arbeitszeit reduzieren. Beim Sabbatical kann im Pflegefall die Freistellungsphase zu Beginn angetreten werden. So können Mitarbeiter schnell und flexibel reagieren. Für die zahlreichen Angebote und Maßnahmen im Bereich Elder Care erhielt Siemens beim bundesweiten Unternehmenswettbewerb „Erfolgsfaktor Familie 2012“, in dem das Bundesfamilienministerium besonders familienfreundliche Unternehmen ausgezeichnet hat, den Sonderpreis „Beruf und Pflege“.

(Kontakt: [eldercare.chr@siemens.com](mailto:eldercare.chr@siemens.com))

# Fürst-Gruppe



Christine Bruchmann, Vizepräsidentin der IHK Nürnberg für Mittelfranken.

Christine Bruchmann ist Vizepräsidentin der IHK Nürnberg für Mittelfranken. Die IHK rief schon 2003, mit dem Bündnis für Familie und der Agentur für Arbeit, die „Initiative familienbewusste Personalpolitik“ ins Leben ([www.familienbewusste-personalpolitik.de](http://www.familienbewusste-personalpolitik.de)).

Sie ist Geschäftsführerin der Fürst-Gruppe: „Chancengleichheit, Familienfreundlichkeit, und eine Work-Life-orientierte Unternehmenskultur gehören zu den Grundsätzen unseres Familienunternehmens. 2014 wurden wir daher bereits zum 3. Mal mit dem „TOTAL E-QUALITY“ Prädikat ausgezeichnet, das uns unser Engagement für berufliche Chancengleichheit und unsere mitarbeiterorientierte Personalpolitik bestätigt.“

Für die optimale Planung, Koordination und Umsetzung unserer Maßnahmen haben wir seit 2010 im Unternehmen eine Stabstelle eingerichtet. Entsprechend dem demografischen Wandel und den sich damit verändernden Familienstrukturen stehen Berufstätige immer öfter auch vor der Aufgabe, ihre berufliche Tätigkeit mit der Pflege von Angehörigen zu arrangieren. Als Arbeitgeber möchten wir unsere

Mitarbeiter im Bedarfsfall auch hier entlasten und sehen uns darüber hinaus gesellschaftspolitisch gefordert.

Mit der offiziell um das Thema Pflege im Oktober 2013 erweiterten Stabstelle haben wir unsere familienbewusste Personalpolitik um die einer pflegesensiblen ergänzt. Unsere Ansprechpartnerin steht allen Mitarbeitern nun auch zu Fragen rund um das Thema Pflege zur Verfügung. Über das Intranet sind außerdem viele Informationen abrufbar. Parallel wurde die „Vereinbarkeitsfrage“ in den Leistungs- und Entwicklungsbogen aufgenommen. Damit werden Wichtigkeit, Transparenz und Bedarf transportiert. Von der Unternehmensführung wird eine offene Gesprächskultur gelebt und ein selbstverständlicher Umgang mit Pflegesituationen gefördert.

Im Rahmen unserer Netzwerkarbeit mit dem Bündnis für Familie haben wir mit dem Pflegestützpunkt Nürnberg einen kompetenten Partner. Sollte sich künftig ein größerer Bedarf zeigen, werden wir unsere Zusammenarbeit mit regionalen Unterstützungsnetzwerken verstärken und Kooperationen aufbauen.“

# Handwerkskammer für Mittelfranken



Thomas Hoffmann, Betriebsberater bei der Handwerkskammer Mittelfranken.

Thomas Hoffmann, Betriebsberater bei der Handwerkskammer Mittelfranken ist hier im Bild mit Sabine Koch, Geschäftsführerin bei Michael Pröpster Metallbau – GmbH & Co. KG und deren Sohn.

„Das Handwerk ist im Vergleich zur Gesamtwirtschaft eher kleinbetrieblich strukturiert, die durchschnittliche Betriebsgröße liegt bei 7,6 Beschäftigten je Betrieb. Auch wenn Handwerksbetriebe ihren Mitarbeitern nicht immer sämtliche Maßnahmen familienbewusster Personalpolitik anbieten können, herrscht doch eine familienfreundliche Grundstimmung.“ berichtet Thomas Hoffmann. In den meisten Handwerksbetrieben pflegt man seit jeher ein familiäres Betriebsklima. So wohnten Lehrlinge und Gesellen früher oftmals im Haus des Meisters und gehörten dadurch fast zur Familie. Auch heute besteht meist noch ein enger Kontakt zwischen der Unternehmerfamilie auf der einen und den Mitarbeitern und deren Familien auf der anderen Seite. „Da rückt man auch schon mal näher zusammen, wenn ein Mitarbeiter dringende familiäre Verpflichtungen hat, ein Kind erkrankt ist oder ein zu pflegender Angehöriger versorgt werden will“ schildert der Betriebsberater der Handwerkskammer.

Als Beispiel nennt er einen Nürnberger Elektrotechnikerbetrieb, der seine Beschäftigten die Arbeitszeit nach Abstimmung mit der Geschäftsleitung so frei wie möglich einteilen lässt. Auf die flexible Arbeitszeitregelung in seinem Betrieb angesprochen, erklärt der Elektriker: „Wenn eine Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter mittags zwei Stunden Zeit für familiäre Dinge braucht, kann er oder sie das machen – Hauptsache, am Abend ist der Auftrag erledigt.“ „Genau so wird im Handwerk überwiegend agiert – lösungsorientiert und praxisnah, ohne großes Aufheben um die Sache.“ Die Berücksichtigung individueller Zeitbedarfe ist ein wichtiger Baustein für die Zufriedenheit der Beschäftigten und kann ein entscheidender Vorteil im Wettbewerb um die besten Köpfe sein. Eines ist klar: Für Fachkräfte zählen bei der Auswahl eines Arbeitgebers außer dem Gehalt auch attraktive Bedingungen wie die Vereinbarkeit von Beruf und Familie.

Wenn der Pflegefall bei einem Mitglied der Unternehmensleitung eintritt: Diese Frage wird leider von vielen verdrängt oder auf „später“ hinausgeschoben. Im Kern sollte jeder Unternehmer bei Zeiten eine Vertreterregelung schaffen bzw. einen „Notfallplan“ im Betrieb hinterlegen. Dieser Notfallplan ist mit Hilfe einer Checkliste in vier Schritte gegliedert:

1. Übernahme wichtiger Zuständigkeiten:  
Wer soll welche wichtigen Aufgaben im eingetretenen Notfall übernehmen?
2. Verantwortlichkeit für wichtige Abläufe:  
Wer ist für welche Abläufe zuständig?
3. Vorbereitungsmaßnahmen: Welche Maßnahmen sind für eine geordnete und umfassende Vertretung zu planen und vorzubereiten?
4. Verfügbarkeit wichtiger Informationen

Handwerksunternehmer, die noch keinen Notfallplan erstellt haben, können sich für detailliertere Informationen bzw. eine Beratung gerne an die Betriebsberatung der Handwerkskammer wenden.

# Homecare-Eldercare: ein Angebot von pme Familienservice für Firmen

Der Familienservice bietet seinen Vertragsfirmen neben Kinderbetreuung und Lebenslagencoaching auch Homecare-Eldercare an. Firmenmitarbeiter können sich deutschlandweit zu allen Themen rund um Pflegebedürftigkeit beraten und unterstützen lassen. Der Familienservice ist über eine Hotline sieben Tage pro Woche 24 Stunden erreichbar.

Die Firma DATEV hat sich für die Zusammenarbeit mit dem Familienservice entschieden, da dieser „eine schnelle, kompetente und individuelle Beratung für ihre Mitarbeiter bietet, die DATEV in diesem Umfang nicht leisten kann.“:

„Es war ein Partner wichtig, der über eine hohe Fachkompetenz und schnelle Reaktionszeit verfügt und die benötigte Unterstützung bundesweit gewährleisten kann. Die Mitarbeiter sind sehr zufrieden, wenn sie sich im Dschungel des Themas Pflege schneller und besser zurechtfinden. Das gut strukturierte und übersichtliche Onlineportal kann orts- und zeitunabhängig genutzt werden.“

Auch für das Klinikum Nürnberg und die anderen Vertragspartner ist die deutschlandweite Vernetzung (z. B. Beratung in Nürnberg, Heimsuche in Hamburg) der wichtigste Grund dafür, mit pme Familienservice zusammenzuarbeiten.

Die Kundin Frau W. wohnt in München, ihre Mutter in Schwandorf. Sie war dankbar, dass über den Familienservice eine gute Seniorenbetreuerin gefunden werden konnte. Nachdem mehrere Privatannoncen keinen Erfolg brachten, hatte sie die Hoffnung schon fast aufgegeben, ihrer Mutter das Wohnen zuhause weiterhin ermöglichen zu können.

Auch Frau M.H. war sehr froh darüber, dass sie in Nürnberg für ihren Vater mit der Unterstützung des Familienservice einen guten Heimplatz finden konnte.

Wochenlang war sie vorher an fast jedem Wochenende von Düsseldorf nach Nürnberg gefahren. Sie bedankte sich für die Entlastung und fühlte sich nach eigener Aussage mit allen Sorgen und Nöten gut aufgehoben.

[www.kinderhaus.de/familie-und-beruf/familienservice-nuernberg](http://www.kinderhaus.de/familie-und-beruf/familienservice-nuernberg)





## Lesetipps für Klein und Groß:

Kinderbücher, Romane, Fachliteratur oder Ratgeber – Viele Bücher beschäftigen sich mit „Alt werden“ und „Pflegebedürftigkeit“.

### Die Geschichte vom Fuchs, der den Verstand verlor

Martin Baltscheit, BV Berlin Verlag, (Deutscher Jugendbuchpreis 2011)

Bilderbuch (ab 5 Jahre), das das Thema Demenz anschaulich und sehr sensibel präsentiert: Der Fuchs, ein tollkühner Abenteurer, den die jungen Füchse bewundern, wird alt und sehr vergesslich, bis er sogar auf der Jagd das Jagen vergisst.

### Pardon, Monsieur, ist dieser Hund blind?

Hervé Jaouen, Urachhaus, ab 12 Jahre Véro, 13, hat es nicht leicht: Ihre wechselnden Freunde sind notorisch untreu, ihr Bruder ist ein Ekel, und jetzt soll sie auch noch ihr Zimmer räumen, weil ihre Oma dort einzieht. Und die leidet an Alzheimer... Mit Wärme und Respekt geschriebene Familienschronik, die ein ernstes und schmerhaftes Thema mit Zartheit und Humor angeht.

### Der alte König in seinem Exil

Arno Geiger, Hanser

Was ist wichtig? Was macht unser Leben lebenswert? Arno Geiger erzählt von

seinem Vater, dem die Erinnerungen langsam abhandenkommen, dessen Orientierung in der Gegenwart sich auflöst. Offen, liebevoll und heiter beginnt er seinen Vater von Neuem kennenzulernen.

### Das Versprechen: Eine Geschichte von Liebe und Vergessen

Nadine Ahr, Droemer

„Ich schaff's nicht mehr“ gesteht der Großvater der Autorin, als er traurig erkennt, dass er seine demenzkranke Frau nicht länger zuhause pflegen kann. 39 glückliche Jahre lang waren die Eheleute zusammen. Dann erkrankt die Großmutter an Demenz und fängt an, sich vor dem Mann, der sie liebt, zu fürchten.

### Ich kann doch nicht immer für dich da sein

Cornelia Kazis / Bettina Ugolini, Piper  
Was bedeutet es, wenn betagte Eltern mehr und mehr der Fürsorge bedürfen? Basierend auf Erkenntnissen der Gerontopsychologie und anhand klassischer Alltagssituation wird gezeigt, wie ein besseres Miteinander von erwachsenen Kindern und ihren Eltern gelingen kann.



### **Pflege daheim**

Hermann Bierlein, Gütersloher Verlags-  
haus

Beschreibt Themen rund um die häusli-  
che Pflege. Besonders wird auf das Thema  
24-Stunden-Betreuung durch Betreuer/-  
innen aus Osteuropa eingegangen. Links,  
Checklisten und Vieles mehr auf der dazu  
gehörigen Internetseite [www.pflege-  
daheim-statt-heim.de](http://www.pflege-<br/>daheim-statt-heim.de).

### **Das aktuelle Handbuch der Pflegestufen**

Birgit Greif, Walhalla Fachverlag

Ansprüche kennen und ausschöpfen:  
Anschaulich erklärt die Autorin die Pfle-  
gestufen. Sie beschreibt Schritt für Schritt,  
wie Pflegebedürftige und deren Ange-  
hörige zu ihrem Geld kommen und wie  
die Zukunft geplant werden kann – auch  
wenn es schwer fällt.

### **Pflege, Beruf und die Renaissance der Familie**

Gerhard Habicht, epubli

Warum Beschäftigte mit häuslichen  
Pflegeaufgaben gefährdet sind und was

Arbeitgeber dagegen tun können. Für  
betriebliche Praktiker geschrieben, die be-  
troffene Mitarbeiter und Kollegen besser  
verstehen wollen – Führungskräfte, Perso-  
nalverantwortliche, betriebliche Sozialar-  
beiter sowie Betriebs- und Personalräte  
(s. a. [www.pflegeportal-blog.de](http://www.pflegeportal-blog.de)).



# Checklisten zu Pflegesituation und Pflegeheimauswahl

Ausführlichere Checklisten finden Sie im Downloadbereich unter [www.pflegestuetzpunkt.nuernberg.de](http://www.pflegestuetzpunkt.nuernberg.de).

## Checkliste bei Pflegebedürftigkeit

### Was können Sie im Vorfeld tun?

- Eigene Wunschversorgung im Pflegefall festhalten
- Austausch mit Ihren Angehörigen über diesen Wunsch
- Erstellung einer Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung oder Betreuungsverfügung
- Nach Möglichkeit eine altersgerechte und barrierefreie Wohnung anstreben

### Sind bereits alle medizinischen Möglichkeiten im Krankheitsfall genutzt?

- Ausschöpfen medizinischer Behandlungsmöglichkeiten
- Kann eine Rehabilitation zu Verbesserungen führen?
- Ist eine Rehabilitation zuhause angebracht?

### Pflege zuhause – Was ist zu bedenken?

- Wünsche der Pflegebedürftigen sowie deren Grenzen bedenken
- Verständigung mit dem/der Pflegebedürftigen über die Versorgungsart
- Art und Zeitaufwand der täglichen Pflege und Betreuung berücksichtigen
- Anpassung der Wohnung an Pflegebedürfnisse
- Bereitschaft einer Person aus dem persönlichen Umfeld zur Übernahme der Pflege
- Mögliche Einbindung weiterer Personen

### Pflege zuhause – Personelle Unterstützungs möglichkeiten

- Anfordern einer individuellen Pflegeberatung
- Möglicher Besuch eines Pflegekurses für die Pflegeperson zur Wissenserweiterung

- Übernahme von Leistungen (z. B.: Grundpflege, Behandlungspflege) durch einen Pflegedienst
- Inanspruchnahme von ergänzenden Hilfen (Essen auf Rädern z. B.)
- Entlastung durch speziell geschulte Helferinnen und Helfer
- Anfordern einer ehrenamtlichen Helferin/ eines ehrenamtlichen Helfers im ambulanten Hospizdienst

### Pflege zuhause – Finanzielle Unterstützungs möglichkeiten

- Erforderlichkeit einer Eigenleistung bei Inanspruchnahme professioneller Hilfe
- Kennen der Ausgabenhöhe (zum Beispiel durch Kostenvoranschlag)
- Finanzielle Unterstützung durch Pflegeversicherung
- Antragstellung für Pflegeeinstufung bei der Pflegekasse
- Vorbereitung auf Begutachtung
- bei geringem Einkommen: Beantragung für Unterstützungen beim Sozialhilfeträger

### Pflege zuhause – Gegenständliche Arbeitserleichterung

- Hilfsmittel für den Dauergebrauch (Gehwagen) und den Einmalgebrauch (Inkontinenz-Produkte)
- Wohnungsanpassungen (Verbreiterung von Türen)

### Pflege zuhause – Entlastungsmöglichkeiten

- Tagespflege – Betreuung und Versorgung während des Tages
- Kurzzeitpflege – Heimunterkunft über einige Wochen im Jahr
- Verhinderungspflege – Versorgung durch Pflegedienst im Krankheitsfall
- Austausch in einer Betroffenen-Gruppe

# Auswahlkriterien für ein Alten- oder Pflegeheim

## Grundsatzfragen

### Wann wird der Platz benötigt?

kurzfristig       langfristig

### Welche Art von Heimplatz wird gesucht?

<input type="checkbox"/> Altenheim	<input type="checkbox"/> Pflegeheim	<input type="checkbox"/> beschützende Unterbringung
<input type="checkbox"/> Einzelzimmer	<input type="checkbox"/> Doppelzimmer	
<input type="checkbox"/> bestimmter Träger		
<input type="checkbox"/> bestimmtes Preisniveau		

### Wo wird dieser Platz gesucht?

<input type="checkbox"/> Nähe zum bisherigen Wohnsitz	<input type="checkbox"/> Nähe zum bisherigen Stadtteil
<input type="checkbox"/> Lage im Grünen	<input type="checkbox"/> Lage im städtischen Umfeld
<input type="checkbox"/> Erreichbarkeit für Familie und Bekannte	<input type="checkbox"/> Verkehrsanbindung

### Sind besondere Faktoren zu berücksichtigen?

- spezielle Krankheitsbilder (z. B.: Demenz)
- spezielle Anforderungen (z. B.: Mitnahme von Haustieren)

## Individuelle Fragen – Persönliche Wichtigkeit

- Größe der Einrichtung
- Gemeinschaftsräume
- Wohnlichkeit und Ausstattung des Zimmers
- Mitbringen eigener Möbel und Gegenstände
- Ärztliche Versorgung durch vertrauten Hausarzt
- Zusätzliches Serviceangebot (z. B.: Friseur, Einkaufen)
- vom Haus organisierte Angebote zur Freizeitbeschäftigung
- Besondere Sprachkenntnisse des Personals
- Besuchszeiten
- Flexible Essenszeiten

## Heimsuche – persönliche Eindrücke bei einem Heimbesuch

- Generelle Atmosphäre
- Erhalt von Informationen bzw. Informationsmaterialien
- Eindrücke von Bewohnern
- Freundlichkeit der Ansprechpartnerin / des Ansprechpartners
- Eindrücke vom Personal
- bauliche Gegebenheiten
- Ausstattung (z. B.: Gepflegtheit, Geruch)

## Qualität eines Heimes

Die Qualitätsvorgaben sind für alle Heime gleich. Die Umsetzung dieser Vorgaben prüfen der Medizinische Dienst der Krankenkassen (MDK) und die Fachstelle Pflege- und Behinderteneinrichtungen – Qualitätsentwicklung und Aufsicht (FQA). Die Ergebnisse der beiden Berichtsarten sollten in einem Heim erfragt werden können bzw. aushängen.



## Weitere hilfreiche Links

[www.gesundheit.nuernberg.de](http://www.gesundheit.nuernberg.de)

Gesundheitsamt Nürnberg, u. a. Fachstelle Pflege- und Behinderteneinrichtungen (Heimaufsicht) und Sozialpsychiatrischer Dienst

[www.krisendienst-mittelfranken.de](http://www.krisendienst-mittelfranken.de)

„Ruhepunkt“ – Beratungsstelle für ältere Menschen in schwierigen Lebenssituationen

[www.hospiz-team.de](http://www.hospiz-team.de)

Beratung und Begleitung für unheilbar Kranke, Angehörige und trauernde Menschen

[www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de)

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V., Selbsthilfe Demenz

[www.muettergenesungswerk.de/pflegende-frauen](http://www.muettergenesungswerk.de/pflegende-frauen)

Verzeichnis von Trägern und Beratungsstellen für Kurmaßnahmen für pflegende Angehörige

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

Portal des GKV-Spitzenverband, Interessenverband der gesetzlichen Kranken- und Pflegekassen

[www.zbfs.bayern.de/behoerde/regionalstellen/mittelfranken/index.php](http://www.zbfs.bayern.de/behoerde/regionalstellen/mittelfranken/index.php)

Zentrum Bayern Familie und Soziales: Feststellen einer Behinderung u. a.

[www.stmas.bayern.de/senioren](http://www.stmas.bayern.de/senioren)

Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration: Seniorenpolitik, Broschüren u. a. zum Betreuungsrecht

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

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: Gesetzliche Regelungen Broschüren u. a. zu „Vereinbarkeit von Beruf und Pflege“

[www.bmg.bund.de](http://www.bmg.bund.de)

Bundesgesundheitsministerium: Gesetzliche Regelungen Broschüren u. a. zu „Pflegen zu Hause“

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

Bundesministerium für Justiz und Verbraucherschutz: Infos, Broschüren und Formulare zu Betreuungsrecht, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung

Auf der Homepage [www.pflegestuetzpunkt.nuernberg.de](http://www.pflegestuetzpunkt.nuernberg.de) finden Sie unter „Unsere Partner“ eine Übersicht Nürnberger Wohlfahrtsverbände und Pflegeanbieter



# Bündnis für Familie Nürnberg

## Wer wir sind.

Nürnberg will noch familienfreundlicher werden! Dafür setzt sich nun schon seit 2001 ein großes Netzwerk verschiedenster gesellschaftlicher Gruppen und Institutionen im Bündnis für Familie ein.

Unsere Geschäftsstelle liegt ein Stockwerk über den Räumen des Pflegestützpunktes, mitten in der Altstadt, am Hans-Sachs-Platz 2.

Wir wollen die Lebensbedingungen von Familien in Nürnberg sichern, stärken und verbessern.

Wir wollen die Stadt noch attraktiver für Eltern und Kinder machen.

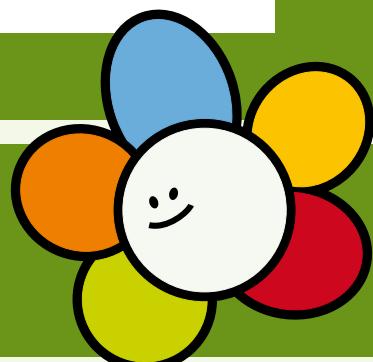
Wir wollen das Miteinander und Füreinander von Alt und Jung stärken.

Mehr über uns erfahren Sie auf unserer Homepage oder auf unserer Facebook-Seite. Lernen Sie uns kennen!

Stadt Nürnberg  
Referat für Jugend, Familie und Soziales  
Bündnis für Familie

Telefon 09 11 / 2 31-73 60  
[bff@stadt.nuernberg.de](mailto:bff@stadt.nuernberg.de)  
[www.bff-nbg.de](http://www.bff-nbg.de)

Pflegestützpunkt Nürnberg  
Telefon 09 11 / 5 39 89 53  
[info@pflegestuetzpunkt.nuernberg.de](mailto:info@pflegestuetzpunkt.nuernberg.de)  
[www.pflegestuetzpunkt.nuernberg.de](http://www.pflegestuetzpunkt.nuernberg.de)





## Bündnis für Familie für alle Generationen



# Eigene Notizen



## Ihnen haben wir schon ein Zuhause gegeben! Jetzt sind Sie dran!

Wir haben im gesamten Nürnberger Stadtgebiet Wohnungen unterschiedlichster Größen, die wir **provisionsfrei** vermieten. Wir helfen Ihnen gerne bei der Suche nach der passenden Wohnung. Bitte rufen Sie uns an!

[www.wbg.nuernberg.de](http://www.wbg.nuernberg.de)

Vermietungshotline  
zum Ortstarif

01801 / 80 04 12





Stadt Nürnberg  
Referat für Jugend, Familie und Soziales  
Bündnis für Familie  
Hans-Sachs-Platz 2  
90403 Nürnberg  
Telefon 2 31-73 60  
E-Mail [bff@stadt.nuernberg.de](mailto:bff@stadt.nuernberg.de)  
[www.bff-nbg.de](http://www.bff-nbg.de)