



Informationsmaterial, Websites und Anlaufstellen zum Thema Pflege

Websites und Serviceportale

| Titel | Inhalt | Herausgeber |
|---|--|--|
| Serviceportal „Wege zur Pflege“ www.wege-zur-pflege.de | <ul style="list-style-type: none">✓ Beratung✓ Recht✓ Finanzielle Unterstützung✓ Familienpflegezeit und Familienpflegezeitrechner✓ Servicematerial und Musterformulare | Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend |
| Pflegeportal des Bundesministeriums für Gesundheit https://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/pflege.html | <p>Informationen zu</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Finanziellen Leistungen✓ Pflege-Wissen✓ Pflege-Fragen✓ Pflege-Alltag✓ Pflegestärkungsgesetzen | Bundesministerium für Gesundheit |
| Pflegeportal des Landes Berlin https://www.berlin.de/sen/pflege/ | <ul style="list-style-type: none">✓ Informationen zu Pflege und Rehabilitation✓ Berichte und Statistik | Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung |
| Online-Datenbank „Beratung zur Pflege“ https://beratungsdatenbank.zqp.de/#/home | Mithilfe der Datenbank können Sie themenbezogen nach Beratungsangeboten rund um das Thema Pflege in Ihrer Nähe suchen. Neben den Pflegestützpunkten finden Sie weitere Beratungsangebote von Bund und Ländern, Kommunen und Einrichtungen der Wohlfahrtspflege, Vereinen und weiteren Institutionen, die Beratung zu Themen anbieten, die für hilfe- und pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen relevant sind. | Zentrum für Qualität in der Pflege |

| | | |
|---|--|---|
| <p>Informationsportal des „Zentrums für Qualität in der Pflege“ https://www.zqp.de/</p> | <p>Als gemeinnützige Stiftung unterstützen wir mit unserem Angebot alle, die sich für pflegebedürftige Menschen engagieren – in Familie, Praxis, Politik und Wissenschaft.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Analyse & Hintergrund ✓ Ratgeber & Hilfe | <p>Zentrum für Qualität in der Pflege</p> |
| <p>Pflegeinformationen der gesetzlichen Krankenkassen</p> | <p>Informationsangebote der gesetzlichen Krankenkassen, z. B.: AOK-Pflegenavigator (www.pflege-navigator.de) oder der Pflgelotse der BARMER, IKK oder TK (https://www.pflegelotse.de) (www.tkpflgecoach.de)</p> | <p>Gesetzliche Krankenkassen</p> |
| <p>Compass private Pflegeberatung (Pflegeberatung der privaten Krankenversicherungen) https://www.compass-pflegeberatung.de</p> | <p>Compass ist die Pflegeberatung der Privaten Krankenversicherungen. Die Pflegeberatung ist kostenlos und unabhängig. Die telefonische Beratung steht <u>allen Ratsuchenden</u> (auch gesetzlich Versicherten) offen. Als eigenständige Tochter des PKV-Verbandes können wir Privatversicherten und ihren Angehörigen auch die Beratung vor Ort anbieten.</p> | <p>Compass private Pflegeberatung</p> |
| <p>Psychologische Onlineberatung „Pflegen und Leben“ www.pflegen-und-leben.de</p> | <ul style="list-style-type: none"> ✓ persönliche, internetbasierte Beratung bei seelischer Belastung durch den Pflegealltag ✓ Wissenswertes rund um das Thema seelische Belastungen sowie Tipps und Hinweise für die eigene Selbstfürsorge | <p>Catania gemeinnützige GmbH – Hilfe für Helfer</p> |
| <p>Serviceportal „Wegweiser Demenz“ www.wegweiser-demenz.de</p> | <p>u. a. E-Learning-Kurs, Adressdatenbank, Ratgeber- und Fachkräfteforen</p> | <p>Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend</p> |
| <p>Familienpflegezeit-Rechner https://www.wege-zur-pflege.de/familienpflegezeit/rechner.html</p> | <p>Der Familienpflegezeit-Rechner ist eine Berechnungshilfe, um Beschäftigten eine erste, auf ihre persönliche Lebens- und Einkommenssituation abgestimmte, Orientierung zu geben.</p> | <p>Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend</p> |

| | | |
|---|--|---|
| <p>Serviceportal „Das sichere Haus“ http://das-sichere-haus.de/sicher-leben/pflegende-angehoerige/</p> | <p>Wertvolle Informationen rund um die Unfallprävention in Heim und Freizeit – vom Kinderunfall bis zur Sturzprophylaxe.</p> <p>So selbstverständlich und simpel es klingen mag – vielen Menschen ist oft gar nicht bewusst, wo die tatsächlichen Gefahren im Haushalt und in der Freizeit liegen. Nur so lässt sich erklären, warum zum Beispiel im Jahr 2015 schätzungsweise sieben Millionen Menschen in Deutschland durch einen Unfall in Heim und Freizeit verletzt wurden; mehr als 20.000 Männer und Frauen sind durch einen solchen Unfall gestorben.</p> <p>Die Belastungen für pflegende Angehörige haben mittlerweile so stark zugenommen, dass es uns wichtig ist, einen Beitrag zu leisten, um die häusliche Pflege möglichst gesund und sicher zu gestalten.</p> | <p>Aktion Das sichere Haus e.V.</p> |
| <p>Serviceportal „Hilfe im Haushalt“ https://www.hilfe-im-haushalt.de</p> | <p>Die Internetseite „Hilfe im Haushalt“ des Bundesfamilienministeriums ist eine unabhängige Plattform für alle Fragen und Informationen zum Themenbereich der haushaltsnahen Dienstleistungen. Sie liefert einen Überblick über die verschiedenen Tätigkeitsbereiche im und um den Haushalt, sie zeigt, wie man passende Anbieterinnen und Anbieter der Dienstleistungen findet, und schafft Transparenz in Hinblick auf Qualitätsstandards, Kosten und rechtliche Rahmenbedingungen der Branche.</p> | <p>Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend</p> |
| <p>Serviceportal „Mehrgenerationenhäuser“ https://www.mehrgenerationenhaeuser.de/</p> | <p>Mit dem Bundesprogramm können Mehrgenerationenhäuser im Zeitraum 2017 bis 2020 40.000 Euro Förderung im Jahr erhalten. Drei Viertel davon stellt das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend bereit, das verbleibende Viertel muss die Kommune bzw. das Land aufbringen. Durch diese verbindlich vorgegebene Kofinanzierung wird die Einbettung des Mehrgenerationenhauses in die Kommune gefördert und die Rolle der Häuser als kommunale Akteure gestärkt.</p> | <p>Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend</p> |
| <p>Serviceportal „Zuhause im Alter“ https://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de/</p> | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Programme (u. a. Praxisbeispiele) ✓ Wohnen (u. a. barrierefrei, Mehrgenerationen, hilfreiche Technik) ✓ Nachbarschaftshilfe und soziale Dienstleistungen ✓ Werkzeugkasten ✓ Service | <p>Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend</p> |

Pflegelotse des vdek
<https://www.pflegelotse.de>

Der Pflegelotse ist ein unabhängiges und kostenloses Informationsportal des vdek, das Ihnen und Ihren Angehörigen bei der Suche nach einer geeigneten Pflegeeinrichtung im gesamten Bundesgebiet hilft. Sie finden hier zum Beispiel Informationen über Größe, Kosten, besondere Versorgungsformen sowie Lage und Anschriften der Einrichtungen. Auch über die Qualität der einzelnen Einrichtungen informiert der Pflegelotse auf Grundlage objektiver Prüfergebnisse. Außerdem haben Sie die Möglichkeit, verschiedene Pflegeeinrichtungen miteinander zu vergleichen.

Verband der Ersatzkassen e. V.
(vdek)

Persönliche Beratung

Pflegestützpunkte Berlin – Standorte in jedem Bezirk
<https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de>

Informationen, Beratung und Unterstützung rund um die Pflege.
Wir bieten darüber hinaus an, mit Ihnen gemeinsam einen Hilfeplan zu erstellen.
Auf Wunsch vermitteln, organisieren und koordinieren wir die für Sie notwendigen Hilfen.
Wir klären die Finanzierungsmöglichkeiten und unterstützen Sie bei der Antragstellung.
Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beraten Sie auch zum senioren- und pflegerechten Umbau Ihrer Wohnung, bei Fragen im Vorfeld von Pflege und zu Hilfen im Alter informieren wir Sie gern.
✓ Vielzahl an Informationsblättern.

Träger: Kranken- und Pflegekassen sowie Senat Berlin

Compass private Pflegeberatung (Pflegeinformation der privaten Krankenkassen)
<https://www.compass-pflegeberatung.de>

Compass ist die Pflegeberatung der Privaten Krankenversicherungen. Die Pflegeberatung bei compass ist kostenlos und unabhängig. Als eigenständige Tochter des PKV-Verbandes können wir Privatversicherten und ihren Angehörigen auch die Beratung vor Ort anbieten.

Compass private Pflegeberatung

Telefonische Hilfe und Auskünfte

Pflegetelefon des Bundesfamilienministeriums:
030 20179131
Montag bis Donnerstag von 9 bis 18 Uhr

Telefonische Beratung und schnelle Hilfe für Angehörige:
In Deutschland sind knapp 2,9 Millionen Menschen pflegebedürftig, zwei Drittel von ihnen werden von Familienmitgliedern in den eigenen vier Wänden gepflegt. Pflegenden leisten für ihre Angehörigen und die Gesamtgesellschaft sehr wertvolle Arbeit. Viele

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Oder auch per E-Mail: info@wege-zur-pflege.de
kostenfrei

Pflegepersonen sind rund um die Uhr für die Betroffenen da. Nicht nur die Balance zwischen Beruf, eigener Familie und der Pflege eines nahen Angehörigen ist schwierig. Auch der Umgang mit unterschiedlichen Ansprüchen und Erwartungen aller Beteiligten ist eine herausfordernde Aufgabe, die nicht immer leicht ist. Diese Situation kann mit der Zeit an Belastungsgrenzen führen, die sich zum Beispiel in körperlicher Erschöpfung, Wut und Aggression, Ängsten oder Schuldgefühlen äußern. Nur wenn Sie Ihre eigenen, individuellen Grenzen achten und es Ihnen gut geht, können Sie auch gut für Ihre Angehörigen sorgen. Wenn Sie Fragen zum Thema Pflege haben oder am Ende Ihrer Kräfte sind und nicht mehr weiter wissen, können Sie sich gern an uns wenden:

- ✓ anonym und vertraulich
- ✓ gerne auch schriftlich per E-Mail
- ✓ mit konkreten Hilfestellungen für Ihre individuelle Situation
- ✓ als Lotse zu den Angeboten vor Ort

Bürgertelefon zur Pflegeversicherung:
030 / 3406066-02
Montag bis Donnerstag von 8 bis 18 Uhr,
Freitag von 8 bis 12 Uhr
kostenfrei

Beantwortet werden hier alle Fragen zu den Leistungen der gesetzlichen Pflegeversicherung. Wer eine Frage zur Kurzzeit- und Verhinderungspflege, zum Einstufungsverfahren, den finanziellen Leistungen oder dem neuen Pflege-Neuausrichtungsgesetz hat, kann diesen kostenlosen Service des Gesundheitsministeriums in Anspruch nehmen.

Bundesministerium für
Gesundheit

Pflegestützpunkte Berlin – kostenfreie
Servicenummer:
0800 59 500 59
Montag - Freitag von 9 bis 18 Uhr
kostenfrei

Informationen, Beratung und Unterstützung rund um die Pflege
Wir bieten darüber hinaus an, mit Ihnen gemeinsam einen Hilfeplan zu erstellen. Auf Wunsch vermitteln, organisieren und koordinieren wir die für Sie notwendigen Hilfen.
Wir klären die Finanzierungsmöglichkeiten und unterstützen Sie bei der Antragstellung. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beraten Sie auch zum senioren- und pflegerechten Umbau Ihrer Wohnung, bei Fragen im Vorfeld von Pflege und zu Hilfen im Alter informieren wir Sie gern.

- ✓ Vielzahl an Informationsblättern
- ✓ Standorte in jedem Bezirk

Träger: Kranken- und
Pflegekassen sowie Senat Berlin

compass private Pflegeberatung:
0800 - 101 88 00
Montag – Freitag 8 bis 19 Uhr,
Samstag 10-16 Uhr

Das ist die kostenfreie Rufnummer von compass. Hier erreichen Sie die Expertinnen und Experten am Telefon. Unsere Pflegeberaterinnen und Pflegeberater beantworten Ihnen gerne alle Fragen rund um Ihre persönliche Pflegesituation. Die telefonische Beratung können Sie auch anonym in Anspruch nehmen.

compass private Pflegeberatung

Broschüren und Flyer

| Titel | Inhalt | Herausgeber |
|---|--|--|
| „ Pflegebedürftig. Was nun? “ (Flyer) | Die ersten Schritte zur schnellen Hilfe (u. a. Pflegeversicherung, Pflegekasse). | Bundesministerium für Gesundheit |
| „ Ratgeber Pflege “ (Broschüre) | Alles, was Sie zum Thema Pflege und zu den Pflegestärkungsgesetzen wissen müssen. | Bundesministerium für Gesundheit |
| „ Ratgeber Demenz “ (Broschüre) | Informationen für die häusliche Pflege von Menschen mit Demenz | Bundesministerium für Gesundheit |
| „ Ich lasse keinen Unbekannten in meine Wohnung! “ (Türschild) | Polizei- und Notrufnummern | Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend |
| „ Rate mal, wer dran ist! “ (Broschüre) | So schützen Sie sich vor Betrug und Trickdiebstahl. | Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend |
| „ Familie wird jetzt einfacher “ (Flyer) | Vorstellung folgender Online-Angebote des Familienministeriums: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Infotool Familie (herausfinden, welcher individuelle Anspruch auf Familienleistungen besteht) ✓ Familienpflegezeitrechner (berechnen, wie hoch das individuell Darlehen sein könnte) ✓ Familienleistungen direkt (online informieren, online berechnen, online beantragen) | Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend |
| „ Bessere Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf. Neue gesetzliche Regelungen seit 1. Januar 2015 “ (Broschüre, zur Zeit nur online verfügbar) | Mit dem Gesetz zur besseren Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf hat die Bundesregierung einen Rahmen geschaffen, um pflegende Angehörige in ihren Aufgaben zu unterstützen und ihnen die Möglichkeit für mehr Flexibilität und Individualität in der Pflege zu geben. Die Broschüre erläutert die seit dem 1. Januar 2015 geltenden Neuerungen im Rahmen dieses Gesetzes. Die Voraussetzungen und Möglichkeiten zur Inanspruchnahme von Pflegeunterstützungsgeld, Pflegezeit, Familienpflegezeit und zinslosem Darlehen werden ebenso dargestellt wie Antworten auf häufig gestellte Fragen. | Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend |
| „ Länger zuhause leben. Ein Wegweiser für das Wohnen im Alter “ (Broschüre) | „Länger zuhause leben“ ist der Wunsch der meisten älteren Menschen. Altersgerechter Umbau, Nachbarschaftshilfe und soziale Dienstleistungen machen es möglich, auch dann in der vertrauten Wohnung zu bleiben, wenn man Unterstützung oder Pflege braucht. Der Wegweiser des Bundesfamilienministeriums für das Wohnen im Alter beantwortet Fragen, zeigt Möglichkeiten auf und hilft mit praktischen Checklisten bei der Planung: von der Einschätzung der eigenen Wohnwünsche bis zur Entscheidung für den richtigen Pflegedienst. | Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend |

Vernetzung und Austausch mit Pflegenden

Kontaktstellen Pflege Engagement

<https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/kontaktstellen/>

Engagement und Selbsthilfe rund um die Pflege

In Berlin gibt es 12 bezirkliche Kontaktstellen Pflege Engagement. Sie wurden 2010 zur Unterstützung von Selbsthilfe und Ehrenamt rund um die häusliche Pflege gegründet und sind bundesweit einmalig. Die KPE werden gefördert durch die Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung sowie durch die privaten und gesetzlichen Pflegekassen.

Die Kontaktstellen Pflege Engagement unterstützen betreuungs- und pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige bei der Alltagsbewältigung und Menschen, die selbstbestimmte Hilfeformen rund um die Pflege suchen, z. B.:

- ✓ Chronisch Kranke, die sich wechselseitig im Alltag zur Seite stehen wollen
- ✓ Gesprächsgruppen von pflegenden Angehörigen
- ✓ Nachbarschaftliche Hilfenetze
- ✓ Gruppen von Menschen, die gemeinsam mit anderen für eine spätere Pflegesituation im Alter Vorsorge treffen wollen
- ✓ Freiwillige, die Pflegebedürftige oder deren Angehörigen unterstützen möchten