

Was tun im Pflegefall?

IHR RATGEBER



Mehr Lebensqualität durch Hilfe im Alltag

INHALT

Gewappnet für den Pflegefall	04
Wer ist pflegebedürftig?	05
Pflegeantrag	06
Begutachtung	08
Pflege zu Hause	12
Pflege von Angehörigen	16
Pflege im Heim	18
Pflege von jungen Menschen	20
Vorsorge & Finanzierung	22
Beratung im Pflegefall	24
Barrierefreies Wohnen	26
Leben mit Krankheit und Einschränkungen	28
Alltagshilfen	30



Die in den kommenden Jahren stetig steigende Anzahl an pflegebedürftigen Menschen ist nicht nur ein gesellschaftliches Thema, sondern auch eine menschliche Herausforderung. Denn die Pflege ändert sich ständig, ob nun neue Expertenstandards, innovative Pflegekonzepte oder Neuigkeiten aus den Pflegewissenschaften. Pflegeeinrichtungen, ambulante Pflegedienste, ergänzende 24-Stunden-Pflege und zahlreiche Angebote im Bereich der medizinischen Versorgung oder Alltagserleichterung haben sich in den zurückliegenden Jahren im Pflegebereich etabliert.

Eines der Hauptanliegen in der Pflege ist es, Menschen jeden Alters trotz körperlicher Einschränkungen ein weitestgehend selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen.

Ein weiterer wichtiger Pfeiler sind die zahlreichen sich kümmernden Angehörigen, die mit ihrer oft aufopfernden Bereitschaft vielen Behinderten ein Leben in familiärer Umgebung und Obhut ermöglichen.

Die vorliegende Broschüre versteht sich als kleiner Begleiter, der Menschen dabei helfen möchte, in das umfassende Thema Pflege einzutauchen und erste Informationen zu erlangen.



LINUS WITTICH Medien KG

Wilhelmstr. 17 · 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler · Tel. 02641/9707-0
Fax 02641/970727 · info@witich-ahrweiler.de · www.wittich.de

Geschäftsführung: Jens Hofenbitzer · Verlagsleiter: Jens Hofenbitzer

Druck: lw-flyerdruck · Auflage: 3.000 · Titelfoto: stock.adobe.com - taka

Vom Verlag erstellte Anzeigenmotive dürfen nur in LINUS WITTICH Medien-Publikationen verwendet werden. Es gelten die Allgemeinen und zusätzlichen Geschäftsbedingungen.

Wenn nicht anders angegeben, wurden die Texte mit Hilfe von KI erstellt und von der Redaktion (Klaus Angel) bearbeitet.

Mehr Mobilität und Selbstständigkeit im Alter: Elektromobile für Senioren

Mit zunehmendem Alter können längere Wege zu Fuß oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu einer Herausforderung werden. Ein Elektromobil bietet Senioren die Möglichkeit, ihre Mobilität zu erhalten und damit auch ein hohes Maß an Eigenständigkeit.

Selbstständig im Alltag

Ein wesentlicher Vorteil von Elektromobilen ist, dass ältere Menschen alltägliche Besorgungen weiterhin eigenständig erledigen können – sei es der Einkauf im Supermarkt, der Besuch bei Freunden oder die Fahrt zum Arzt. Das stärkt nicht nur die Selbstbestimmung, sondern auch das Gefühl, aktiv am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen.

Reichweite und Geschwindigkeit

Moderne Elektromobile sind je nach Modell in der Lage, Strecken von bis zu 80 Kilometern mit einer Akkuladung zurückzulegen. Mit einer Geschwindigkeit von bis zu 15 Kilometern pro Stunde lassen sich auch längere Distanzen bequem bewältigen. Für viele Nutzer bedeutet das eine deutliche Erweiterung ihres persönlichen Aktionsradius.

Finanzielle Unterstützung möglich

In bestimmten Fällen können Krankenkassen einen Zuschuss zu den Anschaffungskosten leisten. Dies ist abhängig vom individuellen Bedarf sowie vom jeweiligen Modell. Eine Beratung durch Fachhändler oder Sanitätshäuser kann klären, unter welchen Voraussetzungen eine Kostenübernahme in Frage kommt.

Bedeutung für die Lebensqualität

Die Möglichkeit, selbstbestimmt unterwegs zu sein, wirkt sich nicht nur praktisch, sondern auch psychologisch positiv aus.

Wer unabhängig mobil bleibt, kann soziale Kontakte leichter pflegen, Termine eigenständig wahrnehmen und seine gewohnte Lebensführung länger beibehalten.

Elektromobile tragen somit in vielerlei Hinsicht dazu bei, dass ältere Menschen trotz körperlicher Einschränkungen beweglich und aktiv bleiben können – und damit ihre Lebensqualität im Alltag erhalten.

E-Lobil - Ihr Sanitätshaus in Remagen-Kripp



Besuchen Sie unsere große Ausstellung!



Pflegebetten | Rollstühle | Aktivrollstühle
Elektromobile | Rollatoren | Treppensteiger | Treppenlifte
Rezeptabrechnung mit allen Krankenkassen | Kostenlose Hauslieferung
Rundum-Versorgung Häusliche Pflege (Inkontinenz, Badehilfen etc.)

Quellenstraße 150 A | 53424 Remagen | Tel.: 02642 994730 | WhatsApp: 01573 3276565 | info@e-lobil.de | www.e-lobil.de



GEWAPPNET FÜR DEN PFLEGEFALL

stock.adobe.com - Syda Productions



Wenn Hilfe plötzlich nötig wird – wie man vorbereitet sein kann

Ein Pflegefall kommt oft überraschend: ein Sturz, ein Schlaganfall oder eine langsam fortschreitende Krankheit – und plötzlich ist Hilfe im Alltag nötig. Doch wer ist vorbereitet? Die Realität zeigt: Viele Menschen schieben das Thema Pflege vor sich her, obwohl es jeden treffen kann – ob als Betroffene oder Angehörige.

Wer sich frühzeitig mit dem Thema beschäftigt, kann im Ernstfall schneller und gezielter handeln. Dazu gehören grundlegende Informationen: Was bedeutet Pflegebedürf-

tigkeit? Welche Leistungen gibt es? Wie stelle ich einen Antrag? Auch Vorsorgedokumente wie Patientenverfügung oder Vorsorgevollmacht können in dieser Phase entscheidend sein.

Wichtig ist: Pflege betrifft nicht nur ältere Menschen. Auch Jüngere können nach einem Unfall oder durch eine chronische Erkrankung pflegebedürftig werden. Deshalb gilt: Nicht erst im Notfall reagieren, sondern sich frühzeitig informieren – für sich selbst und die Familie.

Hausmeisterservice • Gebäudereinigung
Gartenpflege und viel mehr



Gartenservice
BAFTI

Info rufen Sie an
+49 179 263 9515 elfatbafti97@hotmail.com



AHR DENT
Zahnärztin
Kristin Hengsberg

Hauptstraße 2
53506 Ahrbrück
Telefon 02643-9037303

ahrdent.de

WER IST PFLEGEBEDÜRFTIG?



Pflegebedürftigkeit erkennen und verstehen

Pflegebedürftig ist nicht gleich bettlägerig – dieses Missverständnis hält sich hartnäckig. In Wahrheit ist der Begriff deutlich weiter gefasst. Die Pflegeversicherung definiert Pflegebedürftigkeit als eine gesundheitlich bedingte Beeinträchtigung der Selbstständigkeit oder Fähigkeiten in bestimmten Lebensbereichen – etwa beim Waschen, Anziehen, Essen oder bei der Orientierung.

Entscheidend ist der Grad der Einschränkung. Die Pflegekasse unterscheidet fünf Pflegegrade, die den Umfang der Unterstützung und damit auch die Leistungen bestimmen. Grundlage für die Einstufung ist eine medizinische Begutachtung, die alle Lebensbereiche einbezieht – körperliche, geistige und psychische Fähigkeiten.

Pflegebedürftig können Menschen aller Altersgruppen sein – Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Senior*innen.

Der Schlüssel zur Unterstützung ist der Antrag bei der Pflegekasse – je früher, desto besser.



stock.adobe.com LIGHTFIELD STUDIOS



Einfach gut leben



Ambulante Dienste **Senioren Zentrum** **Essen auf Rädern** **Senioren Wohnen**



Beruflich durchstarten im Maranatha

SeniorenZentrum Maranatha
Am Kurgarten 12
53489 Sinzig-Bad Bodendorf

www.maranatha.de
0 26 42 / 40 60



maranatha®
Einfach gut leben

PFLEGEANTRAG: *Wie schnell muss die Kasse entscheiden?*



stock.adobe.com - Wasan

Pflegeantrag – Der erste Schritt zur Unterstützung

Wer Leistungen aus der Pflegeversicherung erhalten möchte, muss aktiv werden: Der Pflegeantrag ist der Einstieg ins System. Er kann formlos – etwa telefonisch oder schriftlich – bei der Pflegekasse gestellt werden. Diese ist der jeweiligen Krankenkasse angegliedert.

Nach Antragstellung beauftragt die Kasse den Medizinischen Dienst (MD) mit einer Begutachtung. Innerhalb von 25 Arbeitstagen nach Antragsingang muss ein Gutachten

vorliegen. Bei akuten Situationen kann auch eine beschleunigte Begutachtung beantragt werden.

Tipp: Halten Sie vor dem Antrag wichtige Unterlagen bereit, z. B. Arztberichte oder Entlassungsbriefe. Auch ein Pflegetagebuch, das dokumentiert, welche Hilfe täglich benötigt wird, kann hilfreich sein. Unterstützung bei der Antragstellung bieten Pflegestützpunkte, Sozialdienste und Pflegeberater.



AKV Ambulanter Pflegedienst
Zulassung aller Kranken-
und Pflegekassen

AKV - Alten- und Krankenpflege
Brohltal e. V.

Hauptstraße 108 · 56656 Brohl-Lützing
Telefon: 02636-9419262
www.akv-pflege.de

 **DER PARITÄTISCHE**
RHEINLAND-PFALZ | SAARLAND

zu-hause-gepflegt

Demenz – Umgang und Unterstützungsmöglichkeiten

Demenz verändert das Leben Betroffener und ihrer Familien grundlegend. Gedächtnis, Orientierung und Verhalten verändern sich – oft schleichend.

Wichtige Grundsätze im Umgang:

- Geduld und Verständnis statt Korrekturen.
- Routinen und feste Abläufe geben Sicherheit.
- Reize reduzieren, einfache Sprache verwenden.
- Biografisches Wissen nutzen (z.B. durch Fotos, Musik, bekannte Orte).

Entlastung für Angehörige:

- Tagespflegeeinrichtungen
- Demenzgruppen und Ehrenamtliche
- Schulungen für pflegende Angehörige
- Kurzzeit- oder Verhinderungspflege

Auch Demenz-WGs und spezialisierte Pflegeeinrichtungen können geeignete Wohn- und Betreuungsformen sein. Eine frühe Diagnose und Beratung durch Hausärzt*innen, Gedächtnisambulanzen oder Demenzberatungsstellen ist hilfreich.



MIT UNS GEHT'S GUT

Orthopädische Maßschuhe | Individuelle Einlagen | Orthesen und Bandagen
Sicherheitsschuhe | Gang- & Laufanalysen



SCHNEIDER

Orthopädie-Schuhtechnik

Rheinbacher Straße 22 | 53501 Graftschaft-Ringen
Telefon 02641 265 47 | www.ortho-schneider.de





Heuskel

Mit uns kommst du weiter

**Orthopädie-Schuhtechnik
Sanitätshaus
Schuhmode für Sie und Ihn**

**Hauptstr. 93 • 53518 Adenau
Telefon 02691/938938
www.ost-heuskel.de**

Wie der Pflegegrad festgestellt wird

Ob jemand pflegebedürftig ist und wie stark, entscheidet ein Gutachten des Medizinischen Dienstes (bei gesetzlich Versicherten) oder der Medicproof GmbH (bei Privatversicherten). Dabei besuchen geschulte Fachkräfte die Antragsteller zu Hause oder – bei Bedarf – im Krankenhaus oder Heim.

Im Fokus steht dabei nicht nur die körperliche Verfassung, sondern vor allem die Selbstständigkeit in sechs Bereichen: Mobilität, kognitive Fähigkeiten, Verhalten, Selbstversorgung, Umgang mit Therapien sowie soziale Kontakte.

Je nach Punktzahl im Gutachten wird ein Pflegegrad von 1 (geringe Beeinträchtigung) bis 5 (schwerste Beeinträchtigung mit besonderen Anforderungen) vergeben. Diese Einstufung entscheidet über die Höhe und Art der Pflegeleistungen.

Wichtig: Angehörige sollten beim Begutachtungstermin anwesend sein und den Alltag realistisch schildern. Die Pflegekasse ist verpflichtet, das Gutachten und die Entscheidung nachvollziehbar zu begründen.

Digitale Hilfe in der Pflege – Entlastung für den Alltag

Immer mehr Familien stehen vor der Aufgabe, Pflege zu organisieren. Angehörige übernehmen Verantwortung, Pflegekräfte sind knapp. Digitale Technik kann hier wertvolle Unterstützung leisten – sie ersetzt keine menschliche Nähe, aber sie schafft Erleichterung.

Was heute schon hilft

• Pflege-Apps

Das Smartphone erinnert an Medikamente, speichert Notfallkontakte oder führt ein Pflegeetagebuch. So behalten Angehörige und Pflegekräfte den Überblick und vermeiden Missverständnisse.

• Telemedizin

Ärztliche Beratung per Video spart Wege. Wer schlecht zu Fuß ist, muss nicht jedes Mal in die Praxis. Vieles – etwa die Besprechung von Laborwerten – lässt sich bequem von zu Hause aus erledigen.

• Notrufsysteme

Moderne Geräte können per Knopfdruck Hilfe rufen, manche erkennen sogar Stürze automatisch. Mit GPS ausgestattet, zeigen sie an, wo sich die betroffene Person befindet – wichtig bei Orientierungslosigkeit oder Demenz.

• Smart-Home-Technik

Sensoren sorgen dafür, dass das Licht automatisch angeht, wenn jemand nachts aufsteht. Der Herd schaltet sich ab, wenn er vergessen wird. Solche Systeme beugen Unfällen vor und geben Angehörigen Sicherheit.

• Robotik

Noch sind die Möglichkeiten begrenzt. Erste Geräte helfen beim Aufstehen oder Heben, manche bieten einfache Gesprächsfunktionen. Sie können zwar keine Pflegekraft ersetzen, aber sie zeigen, wohin sich die Technik entwickelt.

Chancen und Grenzen

Digitale Unterstützung kann viel bewirken:

- Sie erleichtert Pflegekräften den Arbeitsalltag.
- Sie gibt Angehörigen mehr Sicherheit.
- Sie ermöglicht Pflegebedürftigen ein Stück Selbstständigkeit.



Doch Technik hat Grenzen. Sie ersetzt kein menschliches Gespräch, keine Umarmung, keine persönliche Zuwendung. Wichtig ist daher: Geräte sollen den Alltag erleichtern, nicht komplizierter machen.

Beratung nutzen

Nicht jede Lösung passt zu jedem Menschen. Was für eine alleinlebende Seniorin sinnvoll ist, kann für einen pflegebedürftigen Mann mit Demenz ungeeignet sein.

Pflegestützpunkte, Sanitätshäuser und Technikberatungsstellen helfen, passende Angebote zu finden.

Fazit

Digitale Helfer können Pflege nicht übernehmen – aber sie können sie leichter machen. Sie schaffen Sicherheit, sparen Zeit und geben Betroffenen mehr Freiheit. Entscheidend bleibt: Der Mensch steht im Mittelpunkt, die Technik ist nur die Stütze.

Wohnen im Alter



Senioren-Wohngemeinschaft

„Helene“ in Brohl-Lützing

Hauptstr. 33

0 26 36 - 9 41 92 62

www.pflege-wohnen.eu



stockadobe.com - Africa Studio

Medizinische Fahrten als Teil der Versorgung

Pflegebedürftigkeit schränkt nicht nur das Leben zu Hause ein, sondern erschwert auch die Teilnahme an notwendigen medizinischen Behandlungen. Wer regelmäßig zur Dialyse, Chemotherapie oder zu Arztbesuchen muss, ist auf verlässliche Transportmöglichkeiten angewiesen – vor allem, wenn die

eigene Mobilität eingeschränkt ist oder keine Angehörigen verfügbar sind.

Dialysefahrten gehören zu den häufigsten Transportleistungen im pflegerischen Kontext. Betroffene benötigen diese meist dreimal wöchentlich über einen langen Zeitraum hinweg. Auch Fahrten zur Chemotherapie, Bestrahlung oder ambulanten Untersuchungen sind häufig erforderlich und Teil eines komplexen Versorgungsprozesses. Für viele Patientinnen und Patienten – insbesondere in ländlichen Regionen – ist der Zugang zu medizinischer Versorgung ohne organisierte Transportangebote kaum realisierbar.

Diese medizinisch veranlassten Fahrten werden unter bestimmten Voraussetzungen von gesetzlichen oder privaten Krankenversicherungen übernommen. Voraussetzung ist in der Regel eine ärztliche Verordnung, etwa bei einem Schwerbehindertenausweis oder bei einer laufenden onkologischen Behandlung.

Mietwagen Kornelia Roth

**Dialysefahrten
Krankenfahrten**

Schülerfahrten (sitzend & Rollstuhl)

Hauptstr. 3 - 56651 Niederdiirenbach
Tel.: 0 26 36/79 88 - Fax: 0 26 36/97 05 84

Nicht alle Fahrten können mit einem gewöhnlichen Taxi durchgeführt werden. Viele Pflegebedürftige benötigen besondere Unterstützung: etwa den Transport im Rollstuhl oder eine helfende Hand beim Ein- und Ausstieg. In diesen Fällen kommen spezialisierte Fahrdienste zum Einsatz. Sie verfügen über entsprechend ausgestattete Fahrzeuge und geschultes Personal.

Auch organisatorisch sind diese Fahrten anspruchsvoll. Pünktlichkeit und Kontinuität sind entscheidend, insbesondere bei regelmäßigen Behandlungen. Zudem erfordert der Umgang mit körperlich oder psychisch belasteten Menschen ein hohes Maß an Empathie und Erfahrung.

Ein spezieller Bereich betrifft die Beförderung von Schülerinnen und Schülern mit körperlichen Einschränkungen.

Wenn Kinder oder Jugendliche aufgrund gesundheitlicher Beeinträchtigungen nicht mit öffentlichen Verkehrsmitteln zur Schule kommen können, sind individuelle Schülerfahrten notwendig. Diese erfolgen sitzend oder im Rollstuhl und unterliegen ebenso klaren gesetzlichen Regelungen wie medizinische Fahrten für Erwachsene.

Fahrten zur Behandlung, zum Arzt oder zur Schule sind mehr als eine logistische Aufgabe – sie sind Teil eines umfassenden Pflegeverständnisses. Sie ermöglichen Teilhabe und medizinische Versorgung, unabhängig vom Gesundheitszustand oder Wohnort. In



Fahrservice
im und um's

www.
Brohltalmobil.de
... weil Mobilität Leben heißt!

Patientenfahrten (gestzlich & privat)
Privatfahrten jeder Art • Seniorentaxi

Dialysefahrten • Chemotherapie
Arztbesuche • Bestrahlungsfahrten

02646 9141338 • 0151 54606389

einer alternden Gesellschaft mit wachsender Zahl chronisch Erkrankter wird diese Form der Mobilitätsunterstützung weiter an Bedeutung gewinnen.

Der Zugang zu medizinisch notwendigen Fahrten ist ein zentraler Bestandteil der pflegerischen Infrastruktur. Er ergänzt ambulante Versorgungsangebote und sichert die notwendige medizinische Betreuung. Gleichzeitig zeigt sich: Pflege endet nicht an der Haustür – sie beginnt oft mit dem Weg hinaus.



Ihr Chauffeur

GEZIM FANDA 
02641 3309
www.chauffeur-fanda.de

Warum Deine Füße quälen - lieber 3309 wählen!

-  Krankenfahrten
-  Bestrahlungs-/Chemofahrten
-  Flughafentransfer/Fernfahrten
-  Liegendfahrten
-  Rollstuhl-/Sitzendfahrten
-  Begleitfahrten:
Einkaufsfahrten, Arztbesuche ...

PFLEGE ZU HAUSE - Welche Möglichkeiten gibt es?



Selbstbestimmt leben mit Unterstützung

Viele Menschen wünschen sich, auch bei Pflegebedürftigkeit im vertrauten Zuhause bleiben zu können. Die sogenannte häusliche Pflege ist daher die häufigste Pflegeform in Deutschland. Sie wird entweder durch Angehörige, ambulante Dienste oder beide gemeinsam organisiert.

Die Pflegeversicherung unterstützt diese Form mit verschiedenen Leistungen: Pflegegeld für selbst organisierte Pflege, Pflegesachleistungen für professionelle Dienste,

Kombinationsleistungen, Entlastungsbetrag, Zuschüsse für Wohnraumanpassung und mehr.

Der Vorteil: Der Pflegebedürftige bleibt in seinem sozialen Umfeld und behält möglichst viel Selbstständigkeit. Doch die häusliche Pflege bringt auch Herausforderungen mit sich – körperlich, emotional und organisatorisch. Deshalb sollten Entlastungsangebote wie Tagespflege, Kurzzeitpflege oder ambulante Hilfen frühzeitig genutzt werden.

Brauchen Sie Hilfe bei der Pflege und Betreuung im Alltag?



Führen Sie auch weiterhin ein selbstbestimmtes Leben in Ihren eigenen vier Wänden.

Wir bieten Pflege, Hauswirtschaft und Betreuung an!

Wir beraten Sie gerne!

☎ 02646 - 91 44 167 · www.pflegedienst-vinxtbachtal.de · ✉ j.wanders@pflegedienst-vinxtbachtal.de

Pflegekräfte-Entlastung: Welche Hilfen Angehörigen wirklich zustehen

Pflege ist mehr als eine Aufgabe – sie ist ein Dauereinsatz, der körperlich und seelisch fordert. Angehörige, die diese Verantwortung übernehmen, geraten oft an ihre Grenzen. Dabei gibt es ein breites Netz an Entlastungsangeboten, das vielen noch unbekannt ist.

Ambulante Pflegedienste übernehmen medizinische und pflegerische Aufgaben wie Körperpflege, Medikamentengabe oder Wundversorgung – und schaffen so Freiräume im Alltag. Tagespflege-Einrichtungen bieten tagsüber Betreuung, während Pflegebedürftige abends in ihr gewohntes Umfeld zurückkehren. Kurzzeitpflege kommt infrage, wenn nach einem Krankenhausaufenthalt vorübergehend stationäre Betreuung nötig wird.

Für Urlaubszeiten oder Krankheitsfälle der pflegenden Angehörigen gibt es die Verhinderungspflege, bei der eine Ersatzkraft einspringt. Daneben leisten hauswirtschaftliche Hilfen wertvolle Unterstützung bei Reinigung, Einkäufen oder Wäsche. Alltagsbegleiter wiederum sorgen für soziale Teilhabe – etwa durch Spaziergänge, Gespräche oder Freizeitangebote.

Finanziell gilt: Bei anerkannter Pflegebedürftigkeit tragen die Pflegekassen einen Großteil der Kosten. Voraussetzung ist eine frühzeitige Antragstellung bei der jeweiligen Pflegekasse. Wer die An-

gebote optimal nutzen möchte, sollte sich beraten lassen – beispielsweise bei den regionalen Pflegestützpunkten, die kostenlos und unabhängig informieren.

Trotz aller bürokratischen Hürden lohnt sich der Schritt: Entlastungsleistungen reduzieren Überforderung, beugen Burn-out vor und ermöglichen eine bessere Lebensqualität – für Pflegebedürftige ebenso wie für deren Angehörige. Der erste Schritt ist oft der wichtigste: sich zu informieren und Hilfe anzunehmen.

Hilfe im eigenen Zuhause

SELBSTSTÄNDIG UND UMSORGT

PROJEKT 3
*Liebe
Leben*

solweo ADENAU AMBULANTE DIENSTE

Wir begleiten Sie in Ihrem Alltag. Entsprechend Ihrer persönlichen Situation ist uns eine umfassende Versorgung mit dem größtmöglichen Maß an persönlicher Betreuung und Pflege wichtig und selbstverständlich. Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit sind uns ein Anliegen.

WIR BIETEN VERSCHIEDENSTE, AMBULANTE DIENSTE FÜR SIE AN,

darunter auch:

Leistungen der Pflegekasse, wie:

- Beratungseinsatz nach §37 Abs. 3 SGB XI
- Grundpflegerische Versorgung im Vertretungsfall
- Hilfe bei Urlaub oder Krankheit der Pflegeperson
Hauswirtschaft und/oder Betreuung bei Ihnen zu Hause

sowie Leistungen der Krankenkasse, wie:

- Richten der Medikamente sowie Medikamentengabe
- An- und ausziehen der Kompressionsstrümpfe
- Infusionen, Injektionen
- Portversorgung
- Katheterisierung (Frau/Mann)

...und vieles mehr. **Sprechen Sie uns gerne an.**



Leitung: Anja Müller
Hauptstraße 279
53518 Adenau
0 26 91 – 92 29 92
anja.mueller@projekt-3.de

www.projekt-3.de
facebook.com/projekt3ggmbH





Ihre ambulante Pflege mit Herz

Erste Hilfe beim Thema Pflege:

Rund um die Uhr bietet der Pflegechat der CuraSanus ambulante Pflege GmbH fachliche Informationen, viele Antworten und sofortige Hilfe beim Antragstellen: einfach auf www.curasanus.de

CuraSanus

Ihre ambulante Pflege mit Herz

Am Sauerbrunnen 19 · 56651 Niederzissen

Tel. 02636 9689373

curasanus@magenta.de

www.curasanus.de

Rechte und Pflichten in der ambulanten Pflege

Grundlagen für eine verlässliche Betreuung

Die ambulante Pflege ermöglicht es pflegebedürftigen Menschen, trotz gesundheitlicher Einschränkungen in den eigenen vier Wänden zu bleiben. Sie entlastet Angehörige, erfordert aber von allen Beteiligten klare Absprachen. Wer einen mobilen Pflegedienst beauftragt, geht eine **vertragliche Partnerschaft** ein, die Rechte und Pflichten auf beiden Seiten regelt.

Der Leistungsvertrag – Fundament der Zusammenarbeit

Zu Beginn steht der schriftliche **Leistungsvertrag**. Er definiert genau, welche Leistungen in welchem Umfang und zu welchen Zeiten erbracht werden – von Grundpflege und medizinischer Behandlungspflege bis hin zu hauswirtschaftlichen Tätigkeiten. Auch die Finanzierung ist darin festgehalten: Welche Kosten übernimmt die Pflege- oder Krankenversicherung, welche müssen privat getragen werden? Änderungen im Pflegebedarf – etwa nach Krankenhausaufenthalt oder bei Verschlechterung des Gesundheitszustands – können jederzeit vertraglich angepasst werden.

Rechte der Pflegebedürftigen

Pflegebedürftige haben Anspruch auf eine **qualitativ hochwertige, individuelle Versorgung**, die ihre Würde respektiert. Dazu zählen:

- Pünktliches und verlässliches Erscheinen der Pflegekräfte
- Freundlicher, respektvoller Umgang und Wahrung der Privatsphäre
- Einsicht in die Pflegedokumentation, um Leistungen nachvollziehen zu können
- Möglichkeit, bei Unklarheiten oder Mängeln eine Klärung einzufordern

Bei gravierenden Problemen stehen offizielle **Beschwerdewege** offen – zunächst über die Pflegedienstleitung, dann über die zuständige Kasse oder unabhängige Pflegeberatungsstellen.

Pflichten der Pflegebedürftigen

Auch die zu pflegende Person oder deren Angehörige müssen ihren Beitrag leisten:

- Vollständige und ehrliche Angaben zum Gesundheitszustand
- Einhaltung vereinbarter Termine
- Sicherstellung eines geeigneten Arbeitsumfelds (z.B. gute Beleuchtung, funktionierende Hilfsmittel)
- Sofortige Mitteilung relevanter Veränderungen, etwa Klinikaufenthalte oder neue ärztliche Anordnungen

Diese Mitwirkung ist nicht nur eine Höflichkeitsfrage, sondern oft entscheidend für die Sicherheit der Pflege.

Pflichten der Pflegedienste

Pflegedienste stehen in der Verantwortung, **qualifiziertes Fachpersonal** einzusetzen und alle gesetzlichen Standards einzuhalten. Dazu gehört:

- Lückenlose Dokumentation aller erbrachten Leistungen
- Frühzeitiges Erkennen von Risiken wie Dekubitus oder Mangelernährung
- Einleiten geeigneter Präventions- und Gegenmaßnahmen
- Regelmäßige Fortbildung des Personals

Die Qualität der Pflege wird zudem durch den **Medizinischen Dienst** überprüft, der bei Beanstandungen auch Konsequenzen ziehen kann.

Gute Pflege lebt von klarer Kommunikation

Ambulante Pflege ist eine **Beziehung auf Augenhöhe**. Transparenz und gegenseitiger Respekt sind entscheidend. Wer seine Rechte kennt, kann sie gezielt einfordern – wer seine Pflichten wahrnimmt, schafft für die Pflegekräfte verlässliche Rahmenbedingungen.

Ein praktischer Tipp: Den Leistungsvertrag nicht nur abheften, sondern griffbereit halten. Wichtige Telefonnummern und Ansprechpartner sollten immer zur Hand sein. So lässt sich im Ernstfall schnell reagieren.



SOZIALSTATION
ADENAU - ALTENAHR

Ihre individuelle Pflege zu Hause

NEUBAU TAGESPFLEGE HÖNNINGEN-LIERS
✓ Fertigstellung: Ende 2025 / Anfang 2026

**WIR BERATEM
PFLEGEN
BETREUEN**

Unsere Leistungen:

- ✓ Individuelle Beratungsbesuche
- ✓ Behandlungspflege und häusliche Krankenpflege
- ✓ Grundpflege
- ✓ Hauswirtschaftliche Versorgung
- ✓ Begleitung zum Arzt, Behörde und Einkauf
- ✓ Stundenweise Betreuung
- ✓ Pflegeschulung für Angehörige

Zweckverband Sozialstation Adenau – Altenahr
Kirchstraße 15 – 19 · 53518 Adenau
☎ 02691/ 305 - 610 · zweckverband-sozialstation@adenau.de
www.zweckverband-sozialstation.de



vhs Kreisvolkshochschule
Ahrweiler e.V.
Mehr wissen. Mehr können. Mehr verstehen.

**Kurse zum Thema
„Queersensible
Pädagogik
für Pflegekräfte“
gibt's bei uns!**

Code scannen
& mehr erfahren

Wilhelmstraße 23 . 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler . www.kvhs-ahrweiler.de

Foto: Adobe Stock

Zwischen Fürsorge und Überlastung

Rund vier von fünf Pflegebedürftigen in Deutschland werden zu Hause versorgt – und zwar überwiegend von ihren Angehörigen.

Die Pflege eines Familienmitglieds ist ein Akt der Fürsorge und Liebe – aber auch eine große Herausforderung.

Pflegende Angehörige übernehmen Aufgaben, für die sie oft nicht ausgebildet sind: Körperpflege, Wundversorgung, Medikamentengabe, Organisation von Terminen und Behördenkontakten. Hinzu kommen psychische Belastungen durch Zeitdruck, Sorgen oder Schlafmangel.

Wichtig ist: Hilfe anzunehmen ist kein Zeichen von Schwäche, sondern ein Akt der Selbstfürsorge. Pflegekassen bieten Pflegekurse, Beratungseinsätze und finanzielle Unterstützung. Auch gesetzlich geregelte Freistellungen wie Pflegezeit oder Familienpflegezeit können entlasten.

Niemand muss die Pflege allein stemmen.

Es ist ein Recht – kein Luxus – sich Hilfe zu holen.

Dusch-WCs in der Pflege: Mehr Selbstständigkeit, weniger Aufwand

Moderne Toiletten mit Wasserreinigungsfunktion – sogenannte Dusch-WCs – bieten konkrete Vorteile im Pflegealltag. Sie reinigen den Intimbereich automatisch mit Wasser und ermöglichen damit mehr Selbstständigkeit, Hygiene und Würde für ältere oder pflegebedürftige Menschen.

Selbstbestimmt statt hilfsbedürftig

Für viele Seniorinnen und Senioren ist der Toilettengang ein sensibler Bereich. Ein Dusch-WC kann helfen, diesen Schritt ohne fremde Hilfe zu bewältigen – und damit die Intimsphäre zu wahren. Gerade bei beginnender Pflegebedürftigkeit ist das ein wichtiger Beitrag zur Lebensqualität.

Sauberkeit trotz Einschränkungen

Bei eingeschränkter Beweglichkeit – etwa durch Arthrose, Schlaganfall oder neurologische Erkrankungen – wird die manuelle Reinigung oft schwierig. Die automatische Wasserreinigung ersetzt das Toilettenpapier, reinigt gründlicher



und schont die Haut. Das reduziert das Risiko von Infektionen und Hautproblemen.

Pflegekräfte entlasten

Ein Dusch-WC spart Zeit und entlastet Pflegepersonen – sowohl im professionellen Umfeld als auch zu Hause. Besonders bei häufiger Intimpflege kann diese Technik Routinen vereinfachen und Pflegebedürftige aktiv einbeziehen.

Barrierefrei nachrüstbar

Viele Modelle lassen sich unkompliziert einbauen und sind leicht bedienbar – oft per Knopfdruck oder Fernbedienung. Sie eignen sich sowohl für private Haushalte als auch für betreute Wohnformen.

Fazit:

Dusch-WCs verbessern die Hygiene, stärken die Selbstständigkeit und reduzieren Pflegeaufwand. Sie sind ein praxisnahes Hilfsmittel für altersgerechtes Wohnen und sollten in der Pflegeberatung gezielt empfohlen werden.

Bei uns in Funktion!



*Das WC, das Sie
mit Wasser reinigt!*

*Wir laden Sie ein
zu einer „Probefahrt“*



Kundendienst

Brennwerttechnik

Pelletheizungen

Solaranlagen

Wärmepumpen

Badgestaltung

Wiesenweg 4 • 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler • Tel. 0 26 41 / 90 30 60 • beratung@baederstark.de • www.baederstark.de



stock.adobe.com - zlnkevych

Seniorenzentrum & Ambulanter Pflege

Elisabeth-Haus

Inh. Petra Hühmann

„Unsere Leistungen aus einer Hand zur Entlastung und Unterstützung von pflegenden Angehörigen“

- Pflegeberatung/Schulung
- Ambulante Pflege
- Essen auf Rädern
- Tagespflege
- Kurzzeitpflege
- Service-Wohnen
- Vollstationäre Pflege



Telefon: 0 26 55 / 93 92 - 0 | Kirchstr. 7, 56745 Weibern
www.seniorenzentrum-weibern.de

Wenn das Zuhause an seine Grenzen stößt

Manchmal reicht die Pflege zu Hause nicht mehr aus – etwa wenn die gesundheitlichen Anforderungen zu hoch werden oder die Angehörigen überlastet sind. Dann kann die stationäre Pflege in einem Heim eine gute Lösung sein.

Ein Pflegeheim bietet rund um die Uhr Betreuung, medizinische Versorgung und soziale Betreuung. Die Wahl des richtigen Heims ist dabei entscheidend. Kriterien sind neben Lage und Ausstattung auch die Qualität der Pflege, das Freizeitangebot und die Atmosphäre.

Die Pflegeversicherung beteiligt sich an den Kosten über die sogenannten einrichtungseinheitlichen Eigenanteile. Je nach Pflegegrad und Heim können weitere Zuzahlungen notwendig werden. Ein Beratungsgespräch bei einem Pflegestützpunkt oder der Verbraucherzentrale hilft bei der Orientierung.

Ein Heimaufenthalt ist kein Scheitern – sondern oft ein notwendiger Schritt für mehr Sicherheit, Stabilität und Lebensqualität.

Kurzzeitpflege im Heim: Pause für Angehörige, Betreuung für Pflegebedürftige

Pflegende Angehörige tragen eine enorme Verantwortung. Sie kümmern sich Tag und Nacht, organisieren Arzttermine, helfen beim Waschen, Anziehen, Essen. Doch irgendwann brauchen auch sie Zeit für sich – sei es für Urlaub, eine Kur oder wegen eigener Krankheit. In solchen Fällen springt die Kurzzeitpflege im Heim ein.

Was ist Kurzzeitpflege?

Kurzzeitpflege bedeutet: Ein pflegebedürftiger Mensch wird für einen befristeten Zeitraum in einem Pflegeheim betreut. Der Anspruch umfasst bis zu vier Wochen pro Jahr. Währenddessen übernimmt das Heim alle Aufgaben der Versorgung – von der medizinischen Pflege über Unterstützung im Alltag bis hin zu Mahlzeiten und Beschäftigungsangeboten.

Wann kommt sie infrage?

Kurzzeitpflege wird aus ganz unterschiedlichen Gründen genutzt:

- wenn pflegende Angehörige ausfallen oder eine Auszeit brauchen,
- nach einem Krankenhausaufenthalt, wenn zu Hause (noch) nicht die nötige Pflege möglich ist,
- bei einer vorübergehenden Verschlechterung des Gesundheitszustands,
- um die Wartezeit auf einen dauerhaften Heimplatz zu überbrücken.

Sie kann auch als „Probewohnen“ dienen, um eine Einrichtung kennenzulernen, bevor ein Umzug dauerhaft geplant wird.

Wer trägt die Kosten?

Die Pflegekasse beteiligt sich an den Kosten, sofern das Heim für Kurzzeitpflege zugelassen ist. Allerdings übernimmt sie nicht alles: Unterkunft, Verpflegung und sogenannte Investitionskosten müssen in der Regel selbst bezahlt werden. Genauere Informationen gibt die zuständige Pflegekasse.

Entlastung für beide Seiten

Kurzzeitpflege ist mehr als eine Übergangslösung. Sie schützt pflegende Angehörige vor Überlastung – und sichert zugleich die Versorgung des Pflegebedürftigen auf professionellem Niveau. Für viele Familien ist sie damit ein unverzichtbarer Baustein im Pflegealltag.

Heimatnah leben und wohnen mit liebevoller Pflege in der **VILLA AM BUTTERMARKT** Premium Lebenswelt für Menschen im Alter

PROJEKT 3
*Liebe
Leben*

Unser Haus bietet ein kompaktes Angebot für alle Menschen im Alter, die ihr Leben in der Gemeinschaft verbringen möchten:

- Stationäre Pflege
- Wohnen mit Service
- Kurzzeitpflege
- Verhinderungspflege
- Tagespflege
- Mittagstisch

Die gesamte Lebenswelt, wie Restaurant, Café, Sonnenterrasse und der weitläufige Grünbereich sind sorgsam mit viel Liebe zum Detail gestaltet und laden zum Leben und Wohnen ein.

Um das Wohlbefinden unserer Bewohner zu unterstützen und alle Sinne anzuregen, wenden wir individuell abgestimmte, innovative Methoden an.

Die Begleitung von Menschen mit einer Demenzerkrankung liegt uns besonders am Herzen.



Leitung: Diana Wagner
Hauptstraße 279-281
53518 Adenau
0 26 91 – 92 29 0
diana.wagner@projekt-3.de

www.projekt-3.de · facebook.com/projekt3ggmbH





stock.adobe.com - PRRicturesProduction

Zwischen Alltag und Ausnahmezustand

Pflegebedürftigkeit betrifft nicht nur Seniorinnen und Senioren. In Deutschland leben mehrere zehntausend Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die aufgrund angeborener Erkrankungen, schwerer Unfälle oder chronischer Beeinträchtigungen auf Unterstützung angewiesen sind. Für Eltern und Angehörige bedeutet das eine dauerhafte Doppelbelastung: Sie organisieren den Alltag, leisten medizinisch anspruchsvolle Pflege und tragen zugleich enorme emotionale Verantwortung.

Zwar macht die gesetzliche Pflegeversicherung keinen Unterschied beim Alter der Pflegebedürftigen, doch der Pflegealltag junger Menschen stellt eigene Anforderungen.

Häufig müssen komplexe medizinische Verfahren – von Beatmungspflege bis zur Medikamentengabe – erlernt und routiniert angewendet werden. Hinzu kommt die Aufgabe, soziale Teilhabe zu sichern: Kita- oder Schulbesuch, Freizeitgestaltung und Entwicklungschancen dürfen nicht hinter den Pflegeaufgaben zurückstehen.

Spezialisierte Kinder- und Jugendpflegedienste, heilpädagogische Förderprogramme und inklusive Bildungseinrichtungen bilden die Basis. Ebenso unverzichtbar sind flexible Entlastungsangebote wie Kurzzeit- und Verhinderungspflege, um Angehörige zu entlasten. Parallel dazu braucht es niederschwellige Pflegeberatung, Selbsthilfegruppen und psychologische Unterstützung, um Erschöpfung vorzubeugen und Orientierung zu geben.

Doch Pflege darf sich nicht auf das Hier und Jetzt beschränken. Junge Menschen in Pflegesituationen benötigen langfristige Perspektiven: Übergänge ins Erwachsenenleben, berufliche Teilhabe und selbstbestimmtes Wohnen müssen aktiv geplant und gefördert werden. Das erfordert ein abgestimmtes Zusammenspiel von Pflege, Medizin, Pädagogik und Sozialarbeit – und eine Gesellschaft, die Inklusion nicht nur verspricht, sondern ermöglicht.

Pflege junger Menschen ist daher mehr als Fürsorge. Sie ist ein Auftrag, Lebensqualität zu sichern und Chancen zu eröffnen – heute und in Zukunft.

Unsere Leistungen für Sie!

- » Krankengymnastik
- » Massage
- » Krankengymnastik am Gerät
- » Lymphdrainage
- » und vieles mehr!



Praxis für Physiotherapie
Gesundheitsclub

GUNNAR HOISCHEN

Schillerstraße 62
53489 Bad Bodendorf

Telefon 02642/98 11 03

Telefax 02642/98 11 05

E-Mail: info@physio-hoischen.de
Internet: www.physio-hoischen.de

hysiotherapie

Pflege und Beruf – Vereinbarkeit & rechtliche Ansprüche

Viele Menschen stehen plötzlich vor der Herausforderung, Beruf und Pflege unter einen Hut bringen zu müssen. Der Gesetzgeber hat dafür einige Schutzmechanismen geschaffen, die pflegenden Angehörigen mehr Handlungsspielraum ermöglichen.

Pflegezeit (§3 PflegeZG):

Bis zu sechs Monate unbezahlte Freistellung von der Arbeit zur häuslichen Pflege eines nahen Angehörigen. Gilt für Betriebe mit mehr als 15 Beschäftigten.

Familienpflegezeit (§2 FPfZG):

Reduzierung der Arbeitszeit auf bis zu 15 Wochenstunden über maximal 24 Monate bei teilweiser Fortführung der Berufstätigkeit. Gilt für Betriebe mit mehr als 25 Beschäftigten.

Akuthilfe (§2 PflegeZG):

Zehn Tage kurzfristige Freistellung bei akutem Pflegebedarf eines Angehörigen, inklusive Lohnersatzleistung („Pflegeunterstützungsgeld“).

Kündigungsschutz:

Während Pflege- und Familienpflegezeit besteht ein besonderer gesetzlicher Kündigungsschutz.

Die Anträge müssen beim Arbeitgeber frühzeitig gestellt werden, zum Teil mit schriftlichem Nachweis der Pflegesituation.



Mehr Zeit für die wichtigen Dinge!

www.privatbuero-plus.de

Untergegangen im Papierchaos? Nicht mit uns

Denn wir organisieren und sortieren Ihre Unterlagen und helfen Ihnen, den Überblick zu behalten.

Abgesichert für den Ernstfall? Unsere Notfallmappe

Damit Sie und Ihre Angehörigen im Notfall alle wichtigen Informationen griffbereit haben.

Überfordert im Alltag? Individuelle Unterstützung

Sodass Sie mit persönlichen Herausforderungen wie Digitalisierung, Korrespondenz mit den Ämtern und vielem mehr nicht mehr alleine sind.

Kontaktieren Sie uns jederzeit und unverbindlich.
Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

info@privatbuero-plus.de

0228 - 24 33 17 77



Privatbüro Plus GmbH

Herzogsfreudenweg 1 | 53125 Bonn



Was auf Angehörige und Betroffene zukommt

Pflegebedürftigkeit trifft Familien häufig unvorbereitet. Gute Vorsorge reduziert Stress und Kosten. Zentrale Bausteine:

Pflegegrade und Leistungen verstehen

Pflegebedürftigkeit wird in Pflegegraden bemessen. Je nach Grad gibt es **Pflegegeld** für häusliche Pflege durch Angehörige, **Pflegesachleistungen** für ambulante Dienste sowie Kombinationsmöglichkeiten. Hinzu kommen Zuschüsse für **Tages-/Nachtpflege**, **Kurzzeitpflege** und **Verhinderungspflege** (zeitweise Entlastung, wenn die Pflegeperson ausfällt).

Eigenanteile realistisch planen

In stationären Einrichtungen fallen neben Pflegekosten regelmäßig **Eigenanteile** an (Unterkunft/Verpflegung, Investitionskosten, einrichtungseinheitlicher Eigenanteil). Frühzeitige Finanzplanung verhindert Überraschungen: Einkommen, Renten, Vermögen, ggf. Unterhaltsfragen unter Geschwistern und Freibeträge einbeziehen.

Entlastungsbetrag und zusätzliche Hilfen


Pflegebedürftige zu Hause erhalten monatlich einen **Entlastungsbetrag**, der z. B. für anerkannte Angebote zur Unterstützung im Alltag genutzt werden kann (Beglei-

**LERSCH
HERMANN-LERSCH
KÜNSTER**
RECHTSANWALTSKANZLEI
SEIT 1984

**Fachanwaltskanzlei für
Erbrecht, Medizinrecht
Arbeitsrecht, Familienrecht**

mit Tätigkeitsschwerpunkten im Vertrags-,
zivilen Bau-, Verkehrs-, Schadensersatz- und
Wohnungseigentumsrecht

Zehnerstraße 29 · 53498 Bad Breisig
Tel. (0 26 33) 4 80 78-0 · Fax: (0 26 33) 4 80 78-28
www.lerschra.de



tung, Betreuung, hauswirtschaftliche Hilfe). Viele Bundesländer und Kommunen fördern ergänzend niedrigschwellige Dienste.

Wohnumfeld und Umbau finanzieren

Für barrierearme Umbauten (z.B. bodengleiche Dusche, Rampen) gibt es **Zuschüsse der Pflegekasse** je Maßnahme, teils aufstockbar durch regionale Programme. Vorab Kostenvoranschläge einholen, Fotos/Begründung beilegen.

Private Vorsorge & Dokumente

Eine **Pflegezusatzversicherung** kann Lücken schließen – Verträge kritisch vergleichen (Leistung nach Pflegegrad, Dynamik, Wartezeiten). Unabhängig davon sind **Vorsorgevollmacht**, **Patientenverfügung** und **Betreuungsverfügung** essenziell, damit im Ernstfall schnell und im Sinne der betroffenen Person entschieden werden kann.

Steuerliches nicht vergessen

Pflegebedingte Ausgaben (z.B. Fahrt-, Umbau-, Betreuungskosten) können teils steuerlich geltend gemacht werden. Quittungen sammeln, Beratung nutzen.

Checkliste – jetzt angehen

Pflegegrade/Leistungen grob kennen; Vollmachten/Verfügungen erstellen; Finanzen sichten; Wohnumfeld prüfen; Kontakte zu Beratungsstellen notieren.

Allianz 



Murat Aslan

Hauptvertretung der Allianz
Hans-Frick-Str. 2
53474 Bad Neuenahr- Ahrweiler
☎ 0 26 41.3 84 94 89
murat.aslan@allianz.de

ALLIANZ PFLEGEZUSATZVERSICHERUNG

Weil du leider
nicht für immer jung bleibst.

Schon mal daran gedacht für den Fall der Fälle vorzusorgen und deine Liebsten zu schützen?

aslan-allianz.de



stock.adobe.com - wutzkoh

Wo es Hilfe gibt – und wofür

Wenn Pflegebedürftigkeit eintritt, zählt Orientierung.

Darauf kommt es an:

Pflegeberatung und Pflegestützpunkte

Anspruch auf **individuelle Pflegeberatung**: Sie hilft bei Anträgen, Leistungswahl, Versorgungsplanung und Koordination. **Pflegestützpunkte** (wo vorhanden) bündeln Informationen zu Kassen-, kommunalen und freien Angeboten.

Der Weg zum Pflegegrad

1. **Antrag** bei der Pflegekasse stellen (kurz und formlos möglich).



*Alten- & Pflegeheim
"Alte Burg"*

*Alte Burg 1, 53518 Herschbroich
Telefon: 0 26 91 / 93 28 0
Mail: Alte-Burg-Eifel@gmx.de
www.Alte-Burg-Eifel.de
Familienbetrieb in ruhiger Lage*

2. **Begutachtung**: Der Medizinische Dienst bzw. Gutachter bewertet Selbstständigkeit in sechs Bereichen (Mobilität, Kognition/Kommunikation, Verhalten/Psychische Problemlagen, Selbstversorgung, Krankheits-/Therapiebedingte Anforderungen, Alltagsgestaltung).
3. **Bescheid prüfen**: Stimmt der Pflegegrad nicht, **Widerspruch** fristgerecht begründen; Beratungsstellen helfen.

Versorgung planen

- **Zu Hause**: Kombination aus Angehörigen, ambulantem Dienst, Betreuungs- und Entlastungsleistungen.
- **Teil-/Vollstationär**: Tagespflege zur Entlastung; Kurzzeitpflege nach Klinikaufenthalt; Heim als dauerhafte Option.
- **Case-Management**: Komplexe Fälle profitieren von koordinierten Hilfeplänen (z. B. Übergang Klinik Zuhause).

Rechte kennen

Transparente Kostenpläne, Wahlrecht zwischen Anbietern, Qualitätsberichte einsehen, Beschwerdewege nutzen. Bei Konflikten mit Kostenträgern: unabhängige Verbraucher-/Sozialberatung einschalten.

Gut vorbereitet in die Begutachtung

Pflegeprotokoll führen (eine Woche), Hilfsmittelbedarf notieren, Medikamente/Arztbriefe bereitlegen, reale Belastung schildern (nicht „gute Tage“ demonstrieren).

Rechtliche Vorsorge: Vollmacht, Verfügung, Betreuung

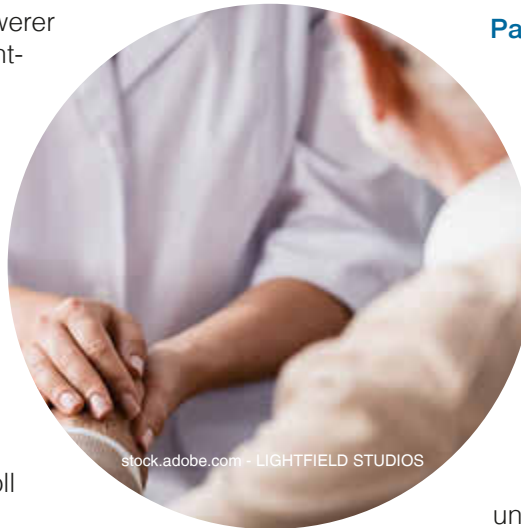
Mit zunehmendem Alter oder bei schwerer Krankheit ist es wichtig, frühzeitig rechtlich vorzusorgen – für den Fall, dass eigene Entscheidungen nicht mehr selbst getroffen werden können.

Vorsorgevollmacht:

Bevollmächtigt eine vertraute Person, im Namen des Betroffenen Entscheidungen zu treffen (z. B. zu Finanzen, Verträgen, Gesundheitsfragen).

Betreuungsverfügung:

Bestimmt, wer im Fall einer gerichtlichen Betreuung eingesetzt werden soll – und wer nicht.



Patientenverfügung:

Legt fest, welche medizinischen Maßnahmen (z. B. künstliche Ernährung, Beatmung) im Ernstfall gewünscht oder abgelehnt werden.

Die Dokumente sollten schriftlich und gut auffindbar vorliegen.

Eine notarielle Beglaubigung ist für die Vorsorgevollmacht empfehlenswert, aber nicht zwingend. Kostenlose Mustervorlagen und Beratungen gibt es bei Betreuungsvereinen, Verbraucherzentralen und Notaren.

Geborgenheit beginnt mit liebevoller Pflege.

Stundenweise Entlastung zuhause

24h-Betreuung und Pflege zuhause

Kostenübernahme durch alle Pflegekassen möglich!

CUSTOR24/7
Pflegehilfe und Betreuungsdienstleistungen
Rhein • Mosel • Ahr • Eifel

Inh. Ralph Custor
Marktstraße 39 • 56727 Mayen
Tel.: +49 (0) 2651 / 40 82 0 88 • info@custor24.de



So wird die Wohnung sicher und alltagstauglich

Ziel ist, Selbstständigkeit zu erhalten und Stürze zu vermeiden. Beginnt mit einem Wohnungs-Check:

Typische Problemstellen & Lösungen

- **Eingang/Flur:** Schwellen entfernen, gute Beleuchtung, Handläufe.
- **Bad:** Bodengleiche Dusche, rutschhemmender Boden, Haltegriffe, Klappsitz, erhöhter WC-Sitz, unterfahrbares Waschbecken.
- **Küche:** Arbeitsflächen absenken, Auszüge statt Schränke, Herdsicherungen.
- **Schlafzimmer:** Bett-Ein-/Ausstiegshöhe, Platz für Gehhilfe, Nachtlicht.
- **Wohnzimmer/Balkon:** Stolperfallen (Teppiche, Kabel) beseitigen, Türschwellen abflachen, sichere Sitzmöbel.

Hilfsmittel & Technik

Greifzangen, Anziehhilfen, Rollatoren, Duschocker, Hausnotruf, Bewegungsmelder, Herdabschaltung, smarte Sensorik (Tür/Fenster, Sturzdetection) – nur so viel Technik wie nötig, mit Einweisung.

Finanzierung & Vorgehen

Vor Umbau **Beratung** einholen (Pflegekasse, Wohnberatung, Handwerk). Kostenvoranschläge vergleichen, Zuschüsse beantragen, erst **danach** beauftragen. Bei Mietwohnungen Vermieter früh einbeziehen.

Sicherheit & Würde

Barrierefreiheit heißt nicht Kliniklook. Klare Wege, gute Kontraste, rutschfeste Materialien und eine wohnliche Gestaltung erhöhen Akzeptanz.

Schlaganfall – wenn das Gehirn in Not gerät

Ein Schlaganfall trifft ohne Vorwarnung – und verändert das Leben von Betroffenen und Angehörigen in Sekunden. Plötzlich sprechen Worte nicht mehr, ein Arm gehorcht nicht, das Gesicht wirkt verzogen. Der medizinische Notfall zeigt sich oft durch starke Kopfschmerzen, halbseitige Lähmungen, Schwindel oder Verlust der Sprache.

Ausgelöst wird er meist durch ein Blutgerinnsel, das ein Gefäß im Gehirn verschließt. Die betroffenen Nervenzellen erhalten keinen Sauerstoff und keine Nährstoffe mehr. Innerhalb weniger Minuten beginnen sie abzusterben. Je länger die Durchblutung gestört ist, desto größer sind die bleibenden Schäden.

Die Zeit entscheidet

„Time is brain“ – jede Minute zählt. Wer Anzeichen eines Schlaganfalls bemerkt, muss sofort den Notruf wählen. Je schneller Ärzte die Durchblutung wiederherstellen, desto besser sind die Chancen zu überleben und Fähigkeiten zurückzugewinnen.

Leben nach dem Schlag

Für viele beginnt nach der Akutphase ein langer Weg zurück. Sprachübungen, Physiotherapie, Ergotherapie – die Rehabilitation verlangt Geduld und Willenskraft. Manches kehrt zurück, anderes bleibt eingeschränkt. Aber Verbesserungen sind auch Monate nach dem Ereignis noch möglich.

Hoffnung trotz Folgen

Bleibende Behinderungen sind häufig, dennoch dürfen Betroffene und Familien den Mut nicht verlieren. Fortschritte zeigen sich oft langsam, aber sie sind möglich. Wichtig ist die konsequente Therapie – und ein Umfeld, das unterstützt und ermutigt.

Vorbeugen ist besser als behandeln

So dramatisch der Schlaganfall ist – viele Risikofaktoren sind bekannt und beeinflussbar. An erster Stelle steht der Bluthochdruck: Er schädigt Gefäße und gilt als größter Risikotreiber. Auch Rauchen, Bewegungsmangel, Übergewicht, Diabetes und hohe Blutfettwerte erhöhen die Gefahr.

Regelmäßige Bewegung, ausgewogene Ernährung und der Verzicht auf Nikotin schützen die Gefäße. Wer seinen Blutdruck, Blutzucker und Cholesterin regelmäßig kontrolliert, senkt das Risiko erheblich.

Ärzte raten zudem zu maßvollem Alkoholkonsum und ausreichend Schlaf.



Lilith von Becker

Staatlich anerkannte Ergotherapeutin

Brohltalstraße 76 | 56651 Niederrissen

Tel: 02636.5399880 | Fax: 02636.5399993

info@ergotherapie-brohltal.de | ergotherapie-brohltal.de

THERAPIEPRAXIS GRAFSCHAFT



• Physiotherapie • Ergotherapie

Wir helfen Ihnen,
wieder in Bewegung zu kommen!



Landskroner Str. 19 · 53501 Grafenschaft-Oeverich
02641 8903288 · 0178 7137719 · info@physio-grafschaft.de
www.therapiepraxis-grafschaft.de

In unserer Praxis steht der Mensch im Mittelpunkt.



stock.adobe.com - WavebreakmediaMicro

Alltag strukturieren, Risiken senken

Grundprinzipien

- **Ressourcen fördern:** Was selbst gelingt, soll selbst gemacht werden – mit Zeit und Geduld.
- **Vorausschauend handeln:** Notfallplan (Kontakte, Medikamente, Patientenverfügung), wöchentlicher Ablauf mit Entlastungszeiten.
- **Sekundärprävention:** Sturz-, Dekubitus-, Mangelernährungs- und Dehydrations-Prophylaxe.

Beispiele aus dem Pflegealltag

- **Demenz:** Feste Routinen, einfache Entscheidungen, Validierung statt Konfrontation, sichere Umgebung, Reizüberflutung vermeiden.
- **Schlaganfallfolgen/Parkinson:** Physiotherapie-Übungen in den Alltag integrieren, Hilfsmittel für Feinmotorik, ausreichende Zeitfenster einplanen.
- **Chronischer Schmerz:** Regelmäßige Schmerzerfassung (Skala), Bewegung trotz Beschwerden, Wärmeanwendungen nach Absprache.
- **Depression im Alter:** Tagesstruktur, soziale Kontakte, Signale ernst nehmen, professionelle Hilfe vermitteln.

Angehörige schützen

Pflege belastet. Anspruch auf **Beratung, Schulungen, Verhinderungs-** und **Kurzzeitpflege** zur Auszeit nutzen. Früh über **Selbsthilfe** und regionale Entlastungsangebote informieren.

Kommunikation

Klare, wertschätzende Sprache; Entscheidungen erklären; Mitsprache ermöglichen. Dokumentation (z. B. Ordner mit Arztbriefen, Medikamentenplan) schafft Sicherheit.

Augenoptik

Inhaberin Nora Nechad

Telegrafienstraße 9
53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler

Telefon: 02641 36771 • info@optik-schofer.de
www.optik-schofer.de



Medikamente bis an die Wohnungstür – Botendienste der Apotheken im Aufwind

Noch vor wenigen Jahren war es eine Ausnahme, dass eine Apotheke Medikamente direkt nach Hause lieferte – meist dann, wenn ein dringend benötigtes Arzneimittel nicht vorrätig war und ein erneuter Besuch für die Kundin oder den Kunden aus gesundheitlichen oder organisatorischen Gründen nicht möglich war.

Heute gehören Apotheken-Boten längst zum Alltag: In vielen Städten sind kleine Lieferfahrzeuge oder E-Bikes mit Apothekenlogo unterwegs. **Gerade für ältere, chronisch kranke oder mobil eingeschränkte Menschen** ist dieser Service mehr als eine Annehmlichkeit – er erleichtert die Versorgung erheblich. Auch pflegende Angehörige und Pflegekräfte nutzen den Dienst, um Zeit und Wege zu sparen.

Eine **Forsa-Umfrage im Auftrag der ABDA** bestätigt die große Bedeutung: Der Botendienst belegt Platz zwei der meistgeschätzten Apothekenleistungen – direkt hinter dem Notdienst. **88 Prozent der Befragten** halten ihn für wichtig oder sehr wichtig.

Neben der persönlichen Entlastung spielt auch die **Versorgungssicherheit** eine Rolle. Wer krank ist oder sich in einer akuten Behandlungssituation befindet, erhält Medikamente ohne Verzögerung und ohne zusätzliche Ansteckungsrisiken – ein Aspekt, der spätestens seit der Corona-Pandemie stärker ins Bewusstsein gerückt ist.

Rechtlich ist der Botendienst inzwischen klar geregelt: Apotheken dürfen verschreibungspflichtige wie auch frei verkäufliche Arzneimittel ausliefern, sofern die Beratung



gewährleistet bleibt. Dies kann telefonisch, digital oder bei der Übergabe erfolgen. Für viele Patientinnen und Patienten bedeutet das eine Kombination aus Sicherheit, Komfort und fachlicher Begleitung.

Der Service ist damit weit mehr als ein „Extra“ – er ist ein **wichtiger Bestandteil einer modernen, wohnortnahen Arzneimittelversorgung**. Angesichts des demografischen Wandels, des Fachkräftemangels und wachsender Mobilitätseinschränkungen wird seine Bedeutung weiter steigen.

Ihre Apotheken im Brohltal!



Brohltal-Apotheke
AKTIV FÜR IHRE GESUNDHEIT

Brohltalstraße 96 • 56651 Niederzissen
Tel.: 02636 6022
www.brohltal-apotheke.de



MARIEN-APOTHEKE
Punkt für Punkt für Sie da

Brohltalstr. 104 • 56659 Burgbrohl
Tel.: 02636 2206
www.marien-apotheke-burgbrohl.de



Marien-Apotheke
Inh. Claudia Nett-Bell

WIR BERATEN SIE GERNE –
– IN ALLEN
GESUNDHEITSFragen



Zur alten Burg 2 • 56746 Kempenich
Telefon 026 55/1006 • Fax 026 55/96 02 57



stock.adobe.com - karepa

Essen auf Rädern – verlässliche Mahlzeitenversorgung für zu Hause

Für viele ältere oder gesundheitlich eingeschränkte Menschen ist die tägliche Mahlzeitenversorgung eine Herausforderung. Einkaufen, Kochen und Abwaschen erfordern Kraft, Zeit und Mobilität – Ressourcen, die im Alter oder bei Krankheit oft fehlen. „Essen auf Rädern“ bietet hier eine unkomplizierte Lösung: frisch zubereitete oder tiefgekühlte Mahlzeiten werden regelmäßig bis an die Wohnungstür geliefert.

Vielfältige Angebote

Das Spektrum reicht von täglich frisch gekochten Menüs bis zu wöchentlichen Lieferungen tiefgekühlter Gerichte, die bei Bedarf selbst erwärmt werden.

Viele Anbieter halten spezielle Kostformen bereit, etwa für Menschen mit Diabetes, Kau- und Schluckbeschwerden, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Nahrungsmittelunverträglichkeiten. Auch vegetarische oder vegane Varianten sind zunehmend verfügbar.

In der Regel wählt man den Speiseplan aus einer wöchentlichen oder monatlichen Übersicht. Die Lieferung erfolgt zu festen Zeiten, oft mit kurzen persönlichen Kontakten zum Fahrpersonal. Für alleinlebende Senioren ist dies nicht nur

praktisch, sondern kann auch ein Stück sozialer Kontrolle bedeuten – fällt jemandem eine ungewöhnliche Situation auf, wird im Zweifel Hilfe organisiert.

Kosten und Finanzierung

Die Preise variieren je nach Anbieter und Menüform. Die **Pflegeversicherung** übernimmt die Kosten für „Essen auf Rädern“ nicht direkt, allerdings können Pflegebedürftige mit anerkanntem Pflegegrad den **Entlastungsbetrag** (125 Euro monatlich) dafür einsetzen, sofern der Dienst anerkannt ist. Auch kommunale Zuschüsse oder Wohlfahrtsverbände können helfen.

Wichtige Kriterien bei der Auswahl sind: Qualität und Geschmack der Speisen, Anpassung an gesundheitliche Bedürfnisse, Flexibilität bei Bestellungen und Pausen sowie die Zuverlässigkeit der Lieferung. Eine Probephase hilft, das Angebot zu testen.

„Essen auf Rädern“ ist mehr als eine Mahlzeitenlieferung. Es kann entscheidend dazu beitragen, Selbstständigkeit zu erhalten, Mangelernährung zu vermeiden und Angehörige zu entlasten – und ist damit ein wichtiger Baustein in der häuslichen Versorgung.

Klein, bezahlbar, wirksam

Alltagshilfen können Pflege massiv erleichtern. Wichtig ist der **Unterschied zwischen Hilfsmitteln** (verordnungs-/kassenfähig) und **Alltagshelfern** (meist Selbstzahler).

Digitale Unterstützung

Hausnotruf, Erinnerungs-Apps, Videosprechstunden, Telemonitoring (z. B. Blutdruck). Datenschutz prüfen, Bedienung üben, Fallback (Nachbar, Schlüsselbox) festlegen.

Alltagshelfer ohne Rezept

Greifhilfen, Anziehhaken, rutschfeste Matten, Trinkbecher mit Tülle, Tablettenboxen, lange Schuhlöffel, Dosenöffner – vor Kauf **Erprobung** organisieren (Beratungsläden, Sanitätshaus). Auswahl nach Kriterien: Nutzen, Handhabung, Reinigung, Ersatzteile, Lautstärke, Strombedarf.

Hilfsmittel nach Rezept

Rollatoren, Pflegebetten, Antidekubitus-Matratzen, Inkontinenz- oder Stoma-Versorgung. Vorgehen: ärztliche Verordnung – Kostenträger genehmigt – Einweisung/Anpassung verlangen – Nutzung dokumentieren.

Organisation & Recht

Rechnungen sammeln (steuerlich relevant). Bei Ablehnung von Hilfsmitteln: **Begründung verlangen**, ggf. **Widerspruch** mit fachlicher Stellungnahme.

Praxis-Tipp

Nicht alles auf einmal anschaffen. Mit den größten Alltagsproblemen starten (z.B. Bad, Transfers, Essen/Trinken) und Lösungen testen.

Der Friseur kommt auch nach Hause

Ein Friseurbesuch – für viele eine Selbstverständlichkeit, für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen dagegen eine logistische Herausforderung. Der Weg in den Salon ist oft beschwerlich: Treppen ohne Rampen, enge Räume, fehlende behindertengerechte Waschbecken. Zwar sind Friseure bei Neubauten oder größeren Umbauten zur Barrierefreiheit verpflichtet, doch im Alltag bleibt der Zugang vielfach erschwert.

Hinzu kommt: Wer bettlägerig ist oder nur mit großer Mühe transportiert werden kann, schafft den Weg zum Friseur schlicht nicht. Hier beginnt die Belastung für Angehörige. Sie müssen Termine koordinieren, Fahrdienste bestellen, Hilfsmittel organisieren – alles für eine Tätigkeit, die eigentlich Routine sein sollte.

Immer mehr Friseure zeigen sich deshalb flexibel und kommen ins Zuhause oder Pflegeheim. Das erspart Angehörigen zeitraubende Planung und schwere Transporte. Statt mit dem Rollstuhl durch die Stadt zu fahren oder auf Krankentransporte zurückzugreifen, genügt ein abgesprochener Termin in vertrauter Umgebung. Während



der Pflegebedürftige im Sessel sitzt, fallen Aufwand und Stress von allen Beteiligten ab.

„Solche Angebote sind mehr als Kosmetik“, betont ein Experte aus der Pflege. „Sie schaffen Teilhabe und Würde – und entlasten zugleich die Angehörigen, die ohnehin Tag für Tag enorme Verantwortung tragen.“

Barrierefreiheit zeigt sich damit nicht allein im baulichen Umbau, sondern in einem menschlichen Ansatz: Dienstleister passen sich an die Lebenswirklichkeit der Menschen an. Wenn der Friseur nach Hause kommt, gewinnen Pflegebedürftige ein Stück Würde zurück – und Angehörige kostbare Gelassenheit.

prooptik

A portrait of a middle-aged man with short grey hair, a beard, and glasses, wearing a blue suit jacket over a light blue shirt. He is smiling slightly and looking directly at the camera. The background is a soft-focus green outdoor setting.

KOSTENLOSER HÖRTEST UND SEHTEST

Bad Breisig

Zehnerstraße 37

Tel. 02633 4743131

Bad Neuenahr-Ahrweiler

Poststraße 10

Tel. 02641 21686

Wachtberg-Berkum

Bernareggio Platz 2

Tel. 0228 91562045