Checkliste „Pflege & Beruf“ – Flyer

erarbeitet und herausgegeben von LBfF RVS

Stand: 01. Januar 2017

Mit freundlicher Unterstützung von "Unser Bündnis für Familie im Landkreis Osnabrück“

Was kann ich tun?	Wer hilft? Wo bekomme ich weitere Infos?	Erledigt?
Sorgen Sie vor! Sprechen Sie mit Ihren Angehörigen über: ▪ **Vorsorgevollmacht** ▪ **Bankvollmacht** ▪ **Betreuungsverfügung** ▪ **Patientenverfügung** ▪ **Testament**	**Gesundheitsamt - Betreuungsbehörde** Stengelstraße 10-12, 66117 Saarbrücken Tel.: 0681/506-5345 und -5322 www.regionalverband-saarbruecken.de **Wegweiser Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung** www.saarland.de/11186.htm Notfallmappe: www.saarland.de/109790.htm	
1. Informieren Sie sich! a. Halten Sie Kontakt zur Personalabteilung oder Ihrem Vorgesetzten b. Nehmen Sie Kontakt zur Kranken/-Pflegekasse des Pflegebedürftigen auf	**Pflegestützpunkte:** www.psp-saar.net ▪ Saarbrücken: 0681/506-5322 ▪ Sulzbach: 06897/9246798 ▪ Völklingen: 06898/135555 **Pflegemappe** in gedruckter Form/als PDF: www.saarland.de/132874.htm kostenlose App „PflegemAPPe“ **Pflegeberater_innen für gesetzlich Versicherte** finden Sie bei der Pflege-/Krankenkasse **Pflegeberater_innen für privat Versicherte** Tel.: 0800/1018800 www.compass-pflegeberatung.de **Gesundheitsamt:** Sozialpsychiatrischer Dienst und Seniorenberatung Stengelstraße 10-12 66117 Saarbrücken Telefon: 0681/506-5362 www.regionalverband-saarbruecken.de Ansprechpersonen (bitte eintragen) Arbeitgeber: _____ Personalabteilung: _____ Kranken-/Pflegekasse: _____	

Checkliste „Pflege & Beruf“ – Flyer

erarbeitet und herausgegeben von LBfF RVS

Stand: 01. Januar 2017

Mit freundlicher Unterstützung von "Unser Bündnis für Familie im Landkreis Osnabrück“

Was kann ich tun?	Wer hilft? Wo bekomme ich weitere Infos?	Erledigt?
2. Freistellungsmöglichkeiten nutzen: **a. Kurzfristige Arbeitsverhinderung im <u>Pflegenotfall</u> von bis zu 10 Arbeitstagen** zur Organisation der pflegerischen Versorgung Ihrer Angehörigen **b. langfristige vollständige oder teilweise Pflegefreistellung** **c. Betriebliche Angebote** _____ _____ _____	Gesetzliche Regeln Pflegezeitgesetz Informationen zu betrieblichen Regelungen www.gesetze-im-internet.de/pflegezg/index.html www.wege-zur-pflege.de/familienpflegezeit.html **Pflegetelefonnummer:** 03020179131 _____ _____ _____	
3. Wenn Ihr **Familienmitglied** im **Krankenhaus** ist: Nehmen Sie Kontakt zum dortigen Sozialdienst auf.	**Sozialdienst des Krankenhauses** ▪ Ansprechpartner_in : _____ ▪ Entlassmanagement	
4. Fragen zur Weiterversorgung in einer Reha	▪ **Sozialdienst** im Krankenhaus ▪ **Krankenkasse** der Betroffenen _____ ▪ Gemeinsame Servicestelle für Rehabilitation im Saarland beim Landesamt für Soziales, Hochstraße 67, 66115 Saarbrücken Tel.: 0681/9978-2239 Email: servicestelle@las.saarland.de	
5. Stellen Sie zeitnah einen **Antrag auf Leistungen der Pflegeversicherung** bei der zuständigen Pflegekasse. Wichtig! Bei einem **Krankenhausaufenthalt** stellt der dortige Sozialdienst einen Eilantrag. **Pflegetagebuch:** Notieren Sie möglichst detailliert alle Pflege- und Hilfeleistungen	Pflegekasse der Krankenversicherung des Betroffenen: _____ **Information:** **Pflegemappe**: www.saarland.de/132874.htm oder App „PflegemAPPe“ Sozialdienst im Krankenhaus Vorlagen finden Sie bei den Kranken- und Pflegekasse sowie den Sozialverbänden, z.B. : www.pflegezuhause.de/AOK_Pflegetagebuch.pdf	

Checkliste „Pflege & Beruf“ – Flyer

erarbeitet und herausgegeben von LBfF RVS

Stand: 01. Januar 2017

Mit freundlicher Unterstützung von "Unser Bündnis für Familie im Landkreis Osnabrück“

Was kann ich tun?	Wer hilft? Wo bekomme ich weitere Infos?	Erledigt?
Wenn die **pflegebedürftige Person schwerbehindert** ist, stellen Sie einen **Antrag** auf **Schwerbehinderung.**	**Landesamt für Soziales** Hochstraße 67 66115 Saarbrücken Tel.: 0681/9978-0 www.saarland.de/landesamt_soziales.htm	
6. Sie suchen einen **Kurzzeitpflegeplatz?**	Ansprechpartner_innen: ▪ www.regionalverband-saarbruecken.de/Senioren (Broschüre „Älter werden im Regionalverband Saarbrücken“) ▪ www.regionalverband-saarbruecken.de/hilfe-pflege ▪ www.pflegenavigator.de ▪ www.pflegelotse.de ▪ Verzeichnis der Altenwohn-, Altenpflege- und Kurzzeitpflegeeinrichtungen sowie Hospize im Saarland www.saarland.de/11437.htm	
7. Nutzen Sie die Unterstützung **ambulanter Palliativdienste.**	St. Jakobus Hospiz gGmbH www.stjakobushospiz.de	
8. Wenn für die **Pflege zu Hause (häusliche Pflege)** ein Profi nötig ist, wählen Sie einen **Pflegedienst** aus und lassen sich **Kostenvoranschläge** erstellen.	▪ **unter Nr. 1 genannte Ansprechpersonen** ▪ www.regionalverband-saarbruecken.de/Senioren (Broschüre „Älter werden im Regionalverband Saarbrücken“) ▪ www.regionalverband-saarbruecken.de/hilfe-pflege ▪ www.pflegenavigator.de ▪ www.pflegelotse.de	
9. Wenn Sie für die Pflege zu Hause oder das Pflegeheim **finanzielle Hilfen** brauchen, stellen Sie ggf. einen Antrag einen Antrag auf **Sozialhilfe** („Hilfe zur Pflege“).	**Regionalverband Saarbrücken - Soziales Dienstleistungszentrum (SDS)** Talstraße 66119 Saarbrücken Tel.: 0681/506-4948 und -4949 www.regionalverband-saarbruecken.de/sozialamt/ ➔ Mobile Beratungsdienste in den zehn Kommunen des Regionalverbandes	
10. Wenn **Umbaumaßnahmen** in der Häuslichkeit nötig sind, erhalten Sie Beratung zum Umbau.	**unter Nr. 1 genannte Ansprechpersonen** www.regionalverband-saarbruecken.de/senioren/barrierefrei-leben	

Checkliste „Pflege & Beruf“ – Flyer

erarbeitet und herausgegeben von LBfF RVS

Stand: 01. Januar 2017

Mit freundlicher Unterstützung von "Unser Bündnis für Familie im Landkreis Osnabrück“

Was kann ich tun?	Wer hilft? Wo bekomme ich weitere Infos?	Erledigt?
11. Holen Sie sich Hilfe. Nutzen Sie: ▪ **pflegeunterstützende Dienstleistungen** (z.B. Essen auf Rädern, Hausnotruf, haushaltsnahe Dienstleistungen usw.) ▪ **Pflegehilfsmittel** (z.B. Duschhocker, Lifter, Rollator usw.)	**unter Nr. 1 genannte Ansprechpersonen** Information: ▪ www.regionalverband-saarbruecken.de/Senioren (Broschüre „Älter werden im Regionalverband Saarbrücken“) ▪ AAL Netzwerk („Ambient Assisted Living“, deutsch sinngemäß „Alltagsunterstützende Assistenz-Lösungen“) Anlaufstelle für alle Fragen zu „generations-gerechtem und selbstbestimmtem Leben“. www.aal-in.de	
12. Stellen Sie ggf. eine **Haushaltshilfe auf Minijob-Basis** ein (Fenster putzen, Wohnung reinigen, Gartenpflege, usw.)	**unter Nr. 1 genannte Ansprechpersonen** Was Sie beachten müssen, erfahren Sie bei der Minijobzentrale: www.minijob-zentrale.de Tel.: 0355/2902-70799 Email: minijob@minijob-zentrale.de AhA - Agenturen für haushaltsnahe Arbeit: www.saarland.de/agentur_haushaltsnahe_arbeit.htm Kontakte aller saarländischen Agenturen: www.saarland.de/33658.htm	
13. Denken Sie über die Anstellung einer **Pflegekraft** nach? Informieren Sie sich über die Möglichkeiten ▪ **Unternehmensmodell** ▪ **Vermittlungsagenturen**	**unter Nr. 1 genannte Ansprechpersonen** Auskünfte zur Anstellung und Abrechnung erteilen auch die Steuerberater_innen: www.stbk-saarland.de	
14. Falls eine **stationäre** Einrichtung (Pflegeheim) gesucht wird	**unter Nr. 1 und Nr. 9 genannte Ansprechpersonen** ▪ www.regionalverband-saarbruecken.de/Senioren (Broschüre „Älter werden im Regionalverband Saarbrücken“) ▪ www.regionalverband-saarbruecken.de/hilfe-pflege ▪ www.pflegenavigator.de ▪ www.pflegelotse.de Verzeichnis der Altenwohn-, Altenpflege- und Kurzzeitpflegeeinrichtungen sowie Hospize im Saarland www.saarland.de/11437.htm	

Checkliste „Pflege & Beruf“ – Flyer

erarbeitet und herausgegeben von LBfF RVS

Stand: 01. Januar 2017

Mit freundlicher Unterstützung von "Unser Bündnis für Familie im Landkreis Osnabrück“

Was kann ich für mich tun?		
Was kann ich tun?	**Wer hilft? Wo bekomme ich weitere Infos?**	**Erledigt?**
15. a. Informieren Sie sich über das **Krankheitsbild.** Falls noch nicht geschehen: Begleiten Sie Ihre Angehörigen zu Hausarzt/-ärztin, Facharzt/-ärztin, um die **Diagnose** zu **sichern**.	**a.** Die Pflegekasse zahlt eine **individuelle Schulung** (z.B. Umgang mit Demenz). Informationen dazu erhalten Sie bei der Pflegekasse oder den unter Nr. 1 genannten Ansprechpersonen.	
b. Schaffen Sie sich **Freiräume zur Erholung** ▪ “Niedrigschwellige” Hilfs- und Betreuungsangebote ▪ Tages-/Nachtpflege ▪ Kurzzeitpflegeeinrichtungen ▪ Verhinderungspflege ▪ Urlaub und Pflege	**b. Beratung: unter Nr. 1 genannte Ansprechpersonen** Information: ▪ www.regionalverband-saarbruecken.de/Senioren (Broschüre „Älter werden im Regionalverband Saarbrücken“) ▪ **Pflegemappe**: www.saarland.de/132874.htm oder App „PflegemAPPe“	
c. Wenn Sie **den Austausch mit pflegenden Angehörigen wünschen,** dann nehmen Sie Kontakt auf mit:	**c. KISS: Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Saarland** Futterstraße 27, 66111 Saarbrücken Tel.: 0681/960213-0 www.selbsthilfe-saar.de www.pflegendeangehoerige.info Internetforum: Wir pflegen zu Hause - Hilfe zur Selbsthilfe	

Achten Sie auch auf sich selbst,
Ihre Wünsche, Bedürfnisse und Ihre Gesundheit!