

Initiative für pflegende Angehörige im Landkreis Rottal-Inn ERSTE-HILFE-BLATT

- **Wann ist man „pflegebedürftig“?**

- Nicht erst, wenn es „nicht mehr geht“. Wenn Unterstützung oder Assistenz von anderen benötigt wird, kann auch dann schon Hilfe in Anspruch genommen werden, z. B. von Alltagsbegleitern.

- **Wenn der Fall eintritt:**

- **Schritt 1 - Beratungsmöglichkeiten frühzeitig in Anspruch nehmen:**
 - Fachstellen für pflegende Angehörige im Landkreis Rottal-Inn - Kontaktdaten siehe unten
- **Schritt 2 - Antrag stellen:**
 - Mit Pflegekasse (=Krankenkasse) Kontakt aufnehmen und Pflegegrad beantragen; dazu findet ein Begutachtungstermin durch den Medizinischen Dienst statt. Dieser muss innerhalb von 25 Arbeitstagen stattfinden, ansonsten besteht Anspruch auf eine Ersatzleistung nach Fristablauf von 70 Euro pro angefangener Woche.
 - Beratungstermin mit Pflegekasse in Anspruch nehmen (innerhalb von zwei Wochen ab Antragstellung)
- **Schritt 3 - Anbieter finden:** Über Pflegelotse oder Pflegenavigator regionale ambulante und stationäre Angebote finden, Alltagsbegleitung oder Anbieter von haushaltsnahen Dienstleistungen finden.
- **Schritt 4 - Unterstützung / Hilfe suchen und annehmen:** Wer pflegt aus dem eigenen Umfeld und kann Tipps geben? Wo suche ich für mich als pflegenden Angehörigen die Unterstützung, um nicht überlastet zu werden. Wo finden Gesprächsgruppen statt.

Wer steht mir zur Seite?

- **Die Fachstellen für pflegende Angehörige in Rottal-Inn:**

- **Caritas:** Ansprechpartner Frau Elisabeth Perica, Tel: 08561 3007684, Mobil: 015202058450, E-Mail: elisabeth.Perica@caritas-rottal-inn.de
- **BRK:** Ansprechpartner Frau Evi Grötzinger, Tel: 08561 23 39-0, E-Mail: info@kvrottal-inn.brk.de

- **Die Krankenkasse der zu pflegenden Person:**

- Beratung und Finanzierung

- **www.dupflegstnichtallein.de**

- Bündelung von Angeboten zur Unterstützung, Terminen von Gesprächsgruppen, Veranstaltungen uvm.
- Offene Facebookgruppe
- wöchentlich donnerstags virtuelle Gesprächsgruppe
- Auge, Ohr, Mund und Herz für pflegenden Angehörige