

Kurz InFormiert

- * **Aktiv ins neue Jahr starten:
„Älter werden in Balance“**
- * **Das ändert sich mit
dem Jahreswechsel**

Wissenswertes

- * **Restless Legs – Schlaflos
durch die Nacht**
- * **Bestattungskultur
im Wandel**
- * **Ambulante Pflege im
Überblick – 2015**





Merk' dir den Smiley...



...wenn körperliche Einschränkungen oder gesundheitliche Beschwerden Hilfsmittel erfordern oder ein geliebter Mensch pflegebedürftig wird.
Dann sind wir für Sie da.

Mit zahlreichen Produkten verbessern wir Lebensqualität.
Sorgen mit leistungsstarkem Service und kompetenter Beratung
für ein barrierefreies und selbst bestimmtes Leben.

Bei der Erledigung der Formalitäten sind wir Ihnen gerne behilflich.



reha team West

Wir bringen Hilfen

Sandradstraße 16 · 41061 M'gladbach

**Außerdem in Düsseldorf, Krefeld,
Duisburg und Jüchen**

Zentralruf 08 00 / 009 14 20

www.rtwest.de



ortho-care West

powered by reha team West

Brunnenstraße 101-103
41069 Mönchengladbach

Telefon 0 21 61 / 1 43 60

Das starke Team der Spezialisten

Herausgeber: pflege plus Telefon: 02166 / 130980
Redaktion, Layout, Grafik: pflege plus® GmbH Dahlener Str. 119 - 125 41239 Mönchengladbach & TEXTDOC Inh. B. Stuckenberg Telefon: 02156 - 9152464 Fax: 02156 - 9152462 Mail: redaktion@text-doc.com
Verantwortlich für den Inhalt: Birgitt Stuckenberg
Erscheinungsweise: 4 x jährlich
Herstellung / Druck: pflege plus® auf Canon IR advance
Auflage: 4000
Erscheinungsgebiet: Mönchengladbach, Viersen, Korschenbroich
Die Redaktion übernimmt für unverlangt eingesendete Bilder und Manuskripte keine Gewähr. Die Redaktion behält sich das Recht vor, die veröffentlichten Beiträge auch elektronisch zu verbreiten. Mit Namen gezeichnete Artikel geben die Meinung des Verfassers wieder, die nicht mit der Meinung der Redaktion identisch sein muss. Nachdruck, auch auszugsweise, sowie die Herstellung von fototechnischen Vervielfältigungen sind nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Herausgebers und unter genauer Quellenangabe gestattet. © 2008 pflege plus® GmbH. ™pflege plus® und das pflege plus® Logo sind eingetragene Markenzeichen von Achim R. Zweedijk, Mönchengladbach.
HINWEIS: Wir haben uns um korrekte Informationen bemüht. Diese ersetzen jedoch nicht den Rat oder die Behandlung eines Arztes, Therapeuten oder eines anderen Angehörigen der Heilberufe. pflege plus® lehnt jede Verantwortung für Schäden oder Verletzungen ab, die direkt oder indirekt durch die Anwendung von im InForm Magazin dargestellten Übungen, Therapien und / oder Behandlungsmethoden entstehen können. Es wird ausdrücklich bei Auftreten von Krankheitssymptomen und gesundheitlichen Beschwerden vor einer Selbstbehandlung auf der Grundlage der Inhalte des InForm Magazins ohne weitere ärztliche Konsultation gewarnt.

Inhalt & Impressum	3
Vorwort Achim R. Zweedijk, pflege plus®	4
Kurz InFormiert * Aktiv ins neue Jahr starten * NRW: 5000 neue Arbeitsplätze in den Pflegeeinrichtungen * Grippe: vor allem ältere Menschen sind gefährdet * Das ändert sich mit dem Jahreswechsel: * Mindestlohn / Pflegemindestlohn * Pflege / Gesundheit / Familie * Opferschutz / Asylbewerber / Lebensmittel	5 6 7 8 9
Wissenswertes * RLS – Schlaflos durch die Nacht * Bestattungskultur im Wandel	10 11
Pflegefibel * Ambulante Pflege im Überblick 2015 © pflege plus®	13
Titelfoto: Michael Barnebeck / pixelio.de	



Liebe Leserinnen und Leser,

schön, Sie im neuen Jahr wieder an dieser Stelle begrüßen zu dürfen. Die Feiertage mit allem Stress, aller Muße und zu viel gutem Essen und Weihnachtsnassereien liegen hinter uns.

Für einen guten Start ins Jahr 2015 rate ich dazu, entsprechend dem aktuellen BZgA-Programm „Älter werden in Balance“, mit Tipps und Anregungen, die die trübe Winterstimmung vertreiben, aktiv zu werden. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt ein Mindestmaß an körperlicher Aktivität von 2,5 Stunden pro Woche. Ältere, körperlich aktive Menschen (20 Minuten pro Tag) haben ein um ca. 25 Prozent reduziertes Risiko, den Verlust der Selbstständigkeit im täglichen Leben zu erfahren. Dazu ist kein großer Aufwand nötig. Lesen Sie mehr im nebenstehenden Beitrag.

Außerdem erhalten Sie in *Kurz InFormiert* diesmal einen Überblick mit wirklich kurzen, informativen „Spots“ auf alle, uns gesundheits- und sozialpolitisch relevant erscheinenden Neuerungen. Herausgegeben von der Bundesregierung, also aus „neutraler“ Quelle. Auf die neuesten

verbotenen psychoaktiven Substanzen sowie die neue Kostenregelung für das BAföG musste aus layouttechnischen Gründen verzichtet werden. Dies ist nur dem Wunsch nach Vollständigkeit geschuldet und, da es niemandem auffallen dürfte, sicher verzeihlich.

Auf Anregung einer Leserin finden Sie in dieser Ausgabe einen Beitrag zum Thema RLS, das sogenannte „Restless-Legs-Syndrom“, was so viel wie Ruhelose-Beine-Symptomekomplex bedeutet. Sie gilt, noch vor der Parkinsonschen Krankheit, als das häufigste neurologische Leiden innerhalb unserer Bevölkerung. Etwa 10 Prozent sind betroffen, wobei der Anteil der Frauen doppelt so hoch ist wie der Männeranteil.

Wir haben uns bemüht, einen Überblick zu allen, dieses Thema betreffenden, relevanten Informationen zu schaffen. Diese sollen und können natürlich keinen ärztlichen Rat ersetzen.

„Bestattungskultur im Wandel“, dieser Beitrag macht betroffen, vieles ist einem nicht bewusst. Zahlen belegen, dass aus Kostengründen der Trend zum Urnengrab geht. Auch Kostenübernahmen durch die Stadt werden oft beantragt. Das Ordnungsamt übernimmt die Kosten, falls sich kein „Beisetzungspflichtiger“ findet. Auch die Friedhofskultur ändert sich, da immer mehr Gräber nicht gepflegt werden und auch keinerlei Pflege beauftragt wird. Lesen Sie mehr dazu auf Seite 12.

*Es grüßt Sie herzlich
Ihr Achim R. Zweedijk*



- ◇ Krankenpflege
- ◇ Altenpflege
- ◇ Kinderkrankenpflege
- ◇ Betreuung
- ◇ Nachtwache
- ◇ 24 Stunden Versorgung
- ◇ 24 Stunden Notdienst
- ◇ Hauswirtschaft
- ◇ Menüservice
- ◇ Hausnotruf
- ◇ Einkaufsdienst
- ◇ Seniorenurlaub
- ◇ Betreutes Wohnen



Unsere Pflege - Ihr Plus

pflege plus®
Pflegedienst und mehr...
Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Beratungsstellen:

Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Gasstr. 14
41751 Viersen - Dülken
Telefon: 02162 / 571844



Aktiv ins neue Jahr starten Mit dem BZgA-Programm „Älter werden in Balance“ fällt es leicht, auch im Winter in Bewegung zu bleiben

Köln. Wer sich vorgenommen hat, im neuen Jahr etwas für die eigene Fitness zu tun, sollte sich vom kalten Winterwetter davon nicht abhalten lassen. Auf www.aelter-werden-in-balance.de, dem Präventionsprogramm der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) für Menschen ab 65 Jahren, finden Senioren alltagstaugliche Tipps für mehr Bewegungsaktivität. Denn das beste Mittel gegen Wintermüdigkeit lautet: raus an die frische Luft! Bewegung und Tageslicht vertreiben trübe Winterstimmung. Outdoor-Aktivität schützt eher vor Erkältung, als dass sie krank macht - sofern man der Temperatur entsprechend angezogen ist. Mit Handschuhen, einer wärmenden Kopfbedeckung und rutschfesten Schuhen ausgerüstet, steht Freizeitvergnügen im Freien auch an kalten Tagen nichts im Wege. Ob ein ausgiebiger Waldspaziergang oder eine Schneeballschlacht mit den Enkelkindern - körperliche Aktivität stärkt das Immunsystem und kurbelt den Stoffwechsel an. Die Weltgesundheitsorganisati-

on (WHO) empfiehlt allgemein ein Mindestmaß an körperlicher Aktivität von 2,5 Stunden pro Woche. Doch 86,4 Prozent der 70-79jährigen bleiben deutlich unter der empfohlenen Bewegungsaktivität. Studien belegen, dass Bewegungs- und Sportaktivitäten eine Steigerung des Wohlbefindens, die Verbesserung der geistigen Leistungsfähigkeit und die Verringerung der Sturzgefährdung bei älteren Menschen bewirken. Körperlich aktive Personen (20 Minuten pro Tag / ca. 2,5 Stunden pro Woche) haben ein um ca. 25 Prozent reduziertes Risiko, den Verlust der Selbstständigkeit im täglichen Leben zu erfahren.

Für alle, denen es draußen dann doch zu kalt ist, gibt es eine Vielzahl von Bewegungsangeboten im Warmen, wie Schwimmbad, Sportverein oder Bewegungskurse der Volkshochschulen.

Und wer in den eigenen vier Wänden aktiv werden möchte, der findet auf www.aelter-werden-in-balance.de Übungen für jedes Leistungsniveau zum Nachturnen.

Bewegung im Alter macht Spaß. Das zeigt der Fotowettbewerb „Gesucht: Bewegte Momente“ des BZgA-Präventionsprogramms „Älter werden in Balance“, das durch den Verband der Privaten Krankenversicherung e.V. (PKV) gefördert wird. Noch bis zum 15. April 2015 können Menschen ab 60 Jahren teilnehmen und Fotos von sich bei ihren Aktivitäten einsenden.

Viele schöne Fotos sind bereits eingegangen - jetzt gilt es die „Bewegten Momente“ der kalten

Jahreszeit zu zeigen. Die Teilnahme erfolgt durch Hochladen des Fotos auf der Webseite www.aelter-werden-in-balance.de.

Quelle: BZgA

Foto: Rainer Sturm / pixelio.de



In NRW entstehen 5.000 neue Arbeitsplätze in den Pflegeeinrichtungen

Alltagsbegleiter in Pflegeeinrichtungen haben gute Perspektiven am Arbeitsmarkt

Die Reform der Pflegeversicherung bringt in Nordrhein-Westfalen berufliche Chancen für all diejenigen, die an der Betreuung von pflegebedürftigen Menschen interessiert sind. Zusätzliche Alltagsbegleiter in Pflegeheimen und Einrichtungen der Tagespflege werden künftig zu einer umfangreicheren Betreuung pflegebedürftiger Menschen beitragen. Dadurch sind zum Jahresanfang 2015 allein in NRW rund 5.000 Stellen für Betreuungskräfte neu zu besetzen. Deren Tätigkeit dient der Beschäftigung, Anleitung und Betreuung der Heimbewohner und der Gäste der Tagespflege.

Wer Interesse an einer Tätig-

keit als Alltagsbegleiter hat, kann auch ohne spezielle Vorkenntnisse kurzfristig an entsprechenden Qualifizierungsmaßnahmen und Fortbildungen teilnehmen, informiert der Bundesverband privater Anbieter sozialer Dienste e.V. (bpa), der die privaten Pflegeeinrichtungen und -dienste in NRW vertritt. Der Verband begrüßt ausdrücklich das zusätzliche Personal in der Pflege.

„Durch die Änderungen im Gesetz ist es nun möglich, dass Pflegebedürftige eine bessere und



umfassendere Betreuung im Alltag erhalten“, erklärt Christof Beckmann, Landesvorsitzender des bpa in Nordrhein-Westfalen. Damit ergeben sich Chancen für interessierte Menschen, die zum Beispiel nach einer Familienphase eine neue Tätigkeit aufnehmen möchten.

Der bpa bietet ab Januar 2015 ein zusätzliches Seminar zur Fortbildung „Betreuungskraft“ an – weitere Kurse sind für das Frühjahr geplant. „Die Arbeit ist ideal für jeden, der sich gern sozial engagieren möchte. Grundvoraussetzungen sind die Freude und die Empathie im Umgang mit Menschen“, erläutert Beckmann.

Bei der Betreuung übernehmen die Begleiter beispielsweise ge-

meinsames Handwerken, Kochen, Vorlesen, oder sie unternehmen mit den Bewohnern Ausflüge.

Die erforderlichen Kenntnisse können in einem Orientierungspraktikum und in Seminaren erworben werden.

Quelle: bpa

Foto 1: Rainer Sturm / pixelio.de

Foto 2: Rike / pixelio.de

Grippe: Vor allem ältere Menschen sind gefährdet

Neue Untersuchungsergebnisse in Alten- und Pflegeheimen

Köln. 58 Prozent aller Todesfälle, die ihre Ursache in einer Grippeerkrankung haben, betreffen Menschen über 69 Jahre. Aus diesem Grund haben die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) und das Robert Koch-Institut (RKI) im Rahmen der Aufklärungskampagne „Wir kommen der Grippe zuvor“ die Umsetzung der Impfeempfehlungen für Grippe in Alten- und Pflegeheimen untersucht. Die Ergebnisse zeigen, dass ein Großteil der Bewohner (89 Prozent) und auch der Pflegekräfte (81 Prozent) in ihren Einrichtungen über die Grippeimpfung informiert wurden. Impfaktionen für die Bewohner (65 Prozent) und für das Personal (49 Prozent) wurden jedoch erheblich seltener durchgeführt.

„Da es gerade in Alten- und Pflegeheimen immer wieder zu Grippeerkrankungen und -ausbrüchen mit schweren Krankheitsverläufen, bis hin zu Todesfällen kommt, sollten sich chronisch



Kranke und Menschen ab 60 Jahren sowie medizinisches Personal gegen Grippe impfen lassen“, betont Prof. Dr. Elisabeth Pott, Direktorin der BZgA.

Die jährliche Impfung ist wichtig, da sich die Grippeviren ständig ändern und der Impfschutz nach einer Saison nachlassen kann. Daher setzt sich der Grippeimpfstoff stets nach den Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) aus Bestandteilen der aktuell zirkulierenden Virustypen zusammen.

Bei Menschen ab 60 Jahren und generell Menschen mit erhöhter gesundheitlicher Gefährdung sollte zusätzlich zur Grippeimpfung auch an die Pneumokokkenimpfung gedacht werden. Pneumokokken werden wie Grippeviren von Mensch zu Mensch übertragen. Sie sind für die Mehrzahl der bakteriellen Lungenentzündungen verantwortlich und gefährden vor allem ältere Menschen und Menschen mit bestimmten chronischen Grunderkrankungen, wie Diabetes, Herz- oder Lungenerkrankungen.

Quelle: BZgA

Foto: Martin Büdenbender / pixelio.de

Das ändert sich mit dem Jahreswechsel

Berlin. Erstmals gilt ab dem 1. Januar ein gesetzlicher Mindestlohn von 8,50 Euro. Der Rentenbeitragssatz sinkt um 0,2 Prozent. Wer in eine andere Stadt oder in ein anderes Bundesland zieht, kann künftig sein altes Kfz-Kennzeichen behalten. Der Bund übernimmt das BAföG vollständig. Diese und viele andere Neuregelungen treten zum Jahresanfang 2015 in Kraft.



Gesetzlicher Mindestlohn

Erstmals gilt ab 1. Januar 2015 ein gesetzlicher Mindestlohn von 8,50 Euro brutto pro Zeitstunde. Auf diesen Mindestlohn haben alle Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer Anspruch. Der Mindestlohn gilt flächendeckend. Voraussichtlich werden 3,7 Millionen Menschen davon profitieren. Übergangsregelungen: In manchen Branchen liegen die Stundenlöhne bislang deutlich unter 8,50 Euro. Um eine stufenweise Anpassung an den Mindestlohn zu ermöglichen, gibt es eine dreijährige Übergangszeit bis zum 31. Dezember 2017. Voraussetzung ist, dass der branchenspezifische Mindestlohn zum 1. Januar 2017 bei mindestens 8,50 Euro liegt. Ab dem 1. Januar 2018 gilt der allgemeine gesetzliche Mindest-

lohn, den die Mindestlohnkommission festsetzt, ohne jede Einschränkung.

Die Übergangsregelung kann nur in Anspruch nehmen, wer einen allgemeinverbindlichen Branchenmindestlohn vereinbart hat. Das sind derzeit: die Fleischbranche, die Friseure, die Leiharbeiter und Wäschereidienstleister für Großkunden. Für die Land- und Forstwirtschaft, die Textilbranche sowie den Gartenbau tritt ein Branchenmindestlohn zum 1. Januar 2015 in Kraft.

Besondere gesetzliche Regelungen für Erntehelfer und Zeitungsausträger: Hier gibt es befristete Übergangsregelungen, um die Einführung des Mindestlohns zu erleichtern. Derzeit liegen die Löhne in diesen Branchen unter 8,50 Euro.

Praktikanten: Orientierungspraktika vor oder während einer Ausbildung oder eines Studiums sind nur für höchstens drei Monate vom Mindestlohn ausgenommen. Lediglich bei Pflichtpraktika in Ausbildung oder Studium muss kein Mindestlohn gezahlt werden, auch wenn sie länger als drei Monate dauern.

Pflegemindestlohn steigt

Ab 1. Januar 2015 steigt der Pflegemindestlohn auf 9,40 Euro pro Stunde im Westen und 8,65 Euro im Osten. In zwei Schritten wird er dann bis Januar 2017 auf 10,20 Euro pro Stunde im Westen und 9,50 Euro im Osten angehoben. Ab 1. Oktober 2015 sollen zusätzlich auch die Betreuungskräfte von dementen Personen in Pflegebetrieben, Alltagsbegleiterinnen und Alltagsbegleiter sowie

Assistenzkräfte vom Mindestlohn profitieren.

Beitrag zur Krankenversicherung bei 14,6 Prozent

Ab 2015 wird der allgemeine Beitragssatz für die Gesetzlichen Krankenkassen bei 14,6 Prozent festgeschrieben. Die Hälfte, nämlich 7,3 Prozent, trägt der Arbeitnehmer, die andere Hälfte der Arbeitgeber. Benötigen die Kassen mehr Geld, können sie einkommensabhängige Zusatzbeiträge erheben.

Der durchschnittliche Zusatzbeitragssatz für das Jahr 2015 wurde auf 0,9 Prozent festgelegt. Wie hoch der individuelle Zusatzbeitragssatz tatsächlich ausfällt, bestimmt jede Krankenkasse selbst.



Mehr Zeit und Geld für die Pflege

2015 tritt die erste Stufe der Pflegereform in Kraft: Die Leistungen für Pflegebedürftige steigen in der Regel um vier Prozent und lassen sich besser miteinander kombinieren. Das entlastet auch pflegende Angehörige.

Um die Leistungen zu verbessern, steigen die Beiträge ab 1. Januar um 0,3 Prozentpunkte. Beschäftigte müssen 2,35 Prozent ihres Bruttolohnes in die soziale Pflegeversicherung einzahlen,

den gleichen Anteil zahlt der Arbeitgeber. Damit der Beitragssatz in der Pflegeversicherung auch künftig möglichst stabil bleibt, wird ein Pflegevorsorgefonds eingerichtet. Von 2015 bis 2033 fließen 0,1 Prozent der Beiträge in den Fonds.

Mehr Flexibilität für pflegende Angehörige

Menschen, die Beruf und Pflege von Angehörigen in Einklang bringen müssen, erhalten mehr zeitliche Flexibilität. Der Bundesrat hat den neuen Regelungen im Gesetz zur besseren Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf zugestimmt. Sie treten einen Tag nach der Verkündung im Bundesgesetzblatt in Kraft.

Elektronische Gesundheitskarte Pflicht

Ab 1. Januar 2015 ist die neue elektronische Gesundheitskarte mit Foto Pflicht. Zunächst sind nur Name, Geburtsdatum, Anschrift sowie Angaben zur Krankenversicherung gespeichert. Später sollen weitere Informationen, wie Vorerkrankungen, Be-

reitschaft zur Organspende, Medikamente und elektronische Patientenakte, hinzukommen.

Jeder Versicherte kann selbst entscheiden, ob und in welchem Umfang er davon Gebrauch machen möchte. Die Anwendungen der Karte müssen sich in Praxistests bewähren. Die Daten müssen sicher sein.

Erste-Hilfe-Kasten mit neuer Norm

Wer künftig seinen Verbandskasten ersetzen will, sollte darauf achten, dass er der veränderten DIN-Norm 13164 entspricht. Ab dem Jahreswechsel sind nur noch solche im Handel erhältlich. Sie enthalten einige andere Verbandsartikel. Bisherige Verbandskästen kann man noch bis zum Ablaufdatum nutzen.

Weitere Berufskrankheiten anerkannt

Ab dem 1. Januar 2015 sind vier weitere Berufskrankheiten anerkannt: „Weißer Hautkrebs“ oder seine Vorstufen, Kehlkopfkrebs, das Carpal-Tunnel-Syndrom (Druckschädigung eines Unter-

armnervs), das Hypothenar-Hammer-Syndrom oder das Thenar-Hammer-Syndrom (Gefäßschädigungen der Hand durch stoßartige Krafteinwirkung).

Wenn diese Erkrankungen diagnostiziert werden, gibt es den Anspruch auf Heilbehandlung aus der gesetzlichen Unfallversicherung. Bei Arbeitsunfähigkeit oder dauerhafter Erwerbsminderung können auch Ansprüche auf Geldleistungen bestehen.



Mehr Gestaltungsfreiheit für Familien

Mütter und Väter sollen das Elterngeld künftig passgenauer in Anspruch nehmen können. Der Bundesrat hat die Neuregelungen zum Elterngeld Plus und zur Elternzeit verabschiedet. Damit wird die Vereinbarkeit von Familie und Beruf weiter gestärkt. Das neue Gesetz tritt am 1. Januar 2015 in Kraft und gilt für Geburten ab dem 1. Juli 2015.

BRILLEN DAHMEN

Brillen Dahmen
Odenkirchener Str. 20
41236 Mönchengladbach Rheydt
(Direkt neben der Hauptpost)

Foto: Fotolia

Mit uns sehen Sie Schaf.

Nutzen Sie unseren tierisch guten Service. Wir führen bei Ihnen einen **kostenlosen und unverbindlichen Sehtest*** durch.

Unser Dankeschön-Geschenk an Sie für die Teilnahme an unserer Sehtest-Aktion: ein **Brillen-Mikrofasertuch**.

Nur 1 Tuch pro Person, so lange Vorrat reicht.

Kommen Sie jetzt zum Sehtest*

1.500 mal einmalig.

* Ermittlung der Sehschärfe (Visusbestimmung). Für die Anfertigung einer Brille ist in einem weiteren Schritt die Ermittlung der exakten Sehstärke (Refraktion) notwendig.

Immer für Sie da!

pflege plus® GmbH

02166 130980
0177 8180011



Mehr Schutz für Kinder und Jugendliche

Die Bundesregierung will Kinder und Jugendliche besser vor sexuellem Missbrauch schützen. Daher hat sie das Sexualstrafrecht verschärft, um die Verbreitung kinderpornografischer Bilder zu verhindern. Auch die Herstellung solcher Aufnahmen wird unter Strafe gestellt. Der Bundesrat hat das Gesetz am 19. Dezember 2014 gebilligt. Es tritt einen Tag nach der Verkündung im Bundesgesetzblatt in Kraft.

Mehr Schutz für Opfer von Gewalt

Die Bundesregierung will einen besseren grenzüberschreitenden Schutz der Opfer von Gewalt schaffen.

Künftig sollen Schutzmaßnahmen, die in einem Mitgliedstaat der EU zum Schutz einer Person vor Gewalt durch eine andere Person erlassen worden sind,

auch in den anderen Mitgliedstaaten gelten.

Das Gesetz tritt am 11. Januar 2015 in Kraft.

Verbesserungen für Asylbewerber

Die Bundesregierung hat weitere Verbesserungen für Asylbewerber beschlossen: Die Residenzpflicht für Asylbewerber entfällt. Sie wird durch eine Wohnsitzauflage ersetzt, solange Asylbewerber Sozialleistungen beziehen. Auch der Vorrang des Sachleistungsprinzips entfällt.

Das Gesetz tritt am 1. Januar 2015 mit seinen überwiegenden Regelungen in Kraft. Einzelne Vorschriften treten am 1. März 2015 in Kraft.

Flüchtlinge erhalten mehr Unterstützung

Flüchtlinge und in Deutschland Geduldete können mit höheren Leistungen für den Lebensunterhalt rechnen. Sie erhalten monatlich 127 Euro mehr und damit 352 Euro. Die Kosten für Wohnung und Heizung werden zusätzlich übernommen.

Das neue Asylbewerberleistungsgesetz tritt zum 1. März 2015 in Kraft.



Bessere Kennzeichnung von Lebensmitteln

In der ganzen EU müssen Lebensmittel seit dem 13. Dezember besser gekennzeichnet sein: So sind Pflichtangaben deutlich sichtbar und gut lesbar an der Ware anzubringen, zum Beispiel die Warenbezeichnung. Stoffe, die Allergien auslösen können, sind besonders hervorzuheben. Das gilt auch für lose Ware.

Verbraucher werden besser vor Täuschungen geschützt: Denn Hersteller sind verpflichtet, künstlichen oder minderwertigen Ersatz in Lebensmitteln – wie Vanillin statt echter Vanille – anzugeben, und zwar in unmittelbarer Nähe des Produktnamens. „Klebefleisch“ ist mit dem Hinweis „aus Fleischstücken zusammengefügt“ kenntlich zu machen.

Quelle: Bundesregierung.de

Foto 1: GG-Berlin / pixelio.de

Foto 2: johnnyb / pixelio.de

Foto 3: Alexandra H. / pixelio.de

Foto 4: Thorben Wengert / pixelio.de

Foto 5: Andreas Morlk / pixelio.de



Seidenstraße 7
47877 Willich

Fest: 0 21 56 - 91 52 46 4

Fax: 0 21 56 - 91 52 46 2

Mobil: 0 17 4 - 37 38 157

E-Mail: info@text-doc.com

www.text-doc.com

• Texte für Printmedien und Internet

• Redaktion, Textkorrektur

• PR-Beratung, Konzepterstellung

• Flyer, Broschüren, Visitenkarten

• Korrespondenz

• Zielgruppenorientierte PR

• Kreativität zu fairen Preisen

• PC-Wartung, -Instandsetzung

• Installation, Konfiguration, Update

• LAN, W-LAN, DSL, Internet

BEERDIGUNGSINSTITUT
RENNERS
G. HACKEN

Hans-Gerd Hacken
Geschäftsführer

Erd-, Feuer- und Urnenseebestattungen · Überführungen von und zu jedem Ort
Bestattungsvorsorge · Beratung · Hausbesuche · Eigener Abschiedsraum
Erledigung sämtlicher Formalitäten · Tag und Nacht dienstbereit

Dammer Straße 123 · 41066 Mönchengladbach
Telefon 02161 - 66 28 24 und 66 1410 · Telefax 02161 - 66 5412
www.bestattungen-renners.de · info@bestattungen-renners.de

RLS – Schlaflos durch die Nacht



Restless Legs – klingt eigentlich wie ein Zungenbrecher, heißt übersetzt „ruhelose/unruhige Beine“ und ist für Betroffene oft qualvoll, für sie geht es nicht „atemlos“, sondern schlaflos durch die Nacht.

Das Restless-Legs-Syndrom (RLS) ist eines der häufigsten Nervenleiden in Deutschland, rund zehn Prozent der Bevölkerung leiden darunter; Frauen trifft es zweimal häufiger als Männer. Die genaue Ursache der Erkrankung ist noch nicht geklärt, man vermutet eine Störung bei der Übertragung von Botenstoffen in Gehirn und Rückenmark. Es gibt mittlerweile außerdem Hinweise darauf, dass die Krankheit vererbt werden kann. In dem Fall beginnt die Krankheit meist schon früh, vor dem 30. Lebensjahr.

Wenn Kinder oder Jugendliche betroffen sind, werden die RLS-Symptome nicht selten als

Hyperaktivitätssyndrom oder Wachstumsschmerzen verkannt.

So wie es unterschiedliche Gründe gibt, gibt es auch die Krankheit in unterschiedlich starker Ausprägung. Die Beschwerden beziehungsweise Symptome reichen von Kribbeln, Druckschmerz bis zu Ziehen oder Reißen und werden meist als aus der Tiefe des Beins kommend empfunden. Die Missempfindungen können auch die Arme betreffen. Viele, besonders jüngere Patienten unter 40 Jahren, sind sehr leicht und auch nur vorübergehend betroffen. Andere, schwerer betroffene Patienten leiden zusätzlich unter in Ruhe sich ständig wiederholenden Muskelverkrampfungen oder unwillkürlichen Muskelzuckungen der Beine, die über mehrere Sekunden anhalten; bei anderen steigern sich die Missempfindungen bis zu Schmerzen. Betroffene verspüren einen starken Drang, sich zu bewegen

und die Muskeln anzuspannen. Aktivität, Bewegung, Laufen etc. helfen tatsächlich kurzfristig gegen die Beschwerden. Im Ruhezustand, vor allem nachts, verschlimmern sich die Symptome. Unruhe und Schlaflosigkeit führen zu typischen Folgen wie Müdigkeit, Konzentrations- und Leistungsschwäche.

Bis heute ist nicht abschließend geklärt, was der Grund für Restless Legs ist. Weil die Therapie mit dem Nervenbotenstoff Dopamin oder Substanzen, welche die gleiche Wirkung wie Dopamin auslösen (Dopaminagonisten) anschlägt, geht man davon aus, dass Dopamin eine wesentliche Rolle bei der Entstehung von Restless Legs spielt.

Mehr als die Hälfte der Betroffenen hat in der Familie bereits mindestens einen Fall von Restless Legs, wie Studien belegen. Dies und einige Forschungsergebnisse lassen darauf schließen, dass die Erkrankung vererbt werden kann. Es wurden bereits sechs Gene gefunden, die dabei eine Rolle spielen. Wie genau diese Gene das Krankheitsgeschehen beeinflussen, ist zum jetzigen Zeitpunkt nicht abschließend geklärt.

Es wird zwischen primärem (idiopathischem) und sekundärem (symptomatischem) Restless Legs-Syndrom unterschieden. Primäres RLS entsteht bzw. besteht, ohne dass eine konkrete Ursache dafür bekannt ist, es aber häufig familiär auftritt. Beim sekundären RLS spürt man die Symptome erst dann, wenn zusätzlich andere Erkrankungen

wie beispielsweise Niereninsuffizienz, Eisenmangel, rheumatoide Arthritis, Bandscheibenleiden, Schilddrüsenfunktionsstörungen auftreten. Dieses sekundäre RLS ist dann die Folge verschiedener Grunderkrankungen oder gesundheitlicher Umstände, deren Behandlung dann im Vordergrund steht. Keine Krankheit, aber auch ursächlich, kann eine Schwangerschaft sein. Auch verschiedene Medikamente, wie Antidepressiva, Neuroleptika und auch Koffein können ursächlich für die Entstehung des RLS sein. RLS ist nicht lebensbedrohend, die eingeschränkte Lebensqualität kann aber fatale Folgen haben. Schmerzen und permanente Schlafstörungen führen häufig zu eingeschränkter Arbeitsfähigkeit, Belastbarkeit und können letztendlich in eine Depression münden. Ein Teufelskreis mit entsprechender Einschränkung der Lebensqualität kann entstehen.

Das sekundäre RLS kann oftmals durch die Behandlung der Grunderkrankungen oder Vermeidung anderer äußerer Ursachen erfolgreich therapiert werden. Das primäre RLS jedoch ist häufig nur durch Medikamentengabe zu therapieren. Da sich die Krankheit mit steigendem Alter schleichend verschlimmert, dazu eine Medikamentengewöhnung entstehen kann, sollte man möglichst spät mit der medikamentösen Therapie beginnen.

Anfangs helfen oft schon sogenannte Hausmittel, wie Massagen oder Bürsten der Beine, kalte Fußbäder, Kniebeugen und Fahrradfahren. Angeraten wird auch, RLS-verstärkende Faktoren wie Kaffee, Alkohol, Wärme, Stress

oder schwere körperliche Arbeit zu vermeiden.

Bei der medikamentösen Therapie des RLS werden häufig Substanzen eingesetzt, die in den Dopamin-Haushalt, also in den Austausch der Botenstoffe im Gehirn eingreifen. Am häufigsten werden L-Dopa und die L-Dopa imitierenden Dopaminagonisten verschrieben. L-Dopa hat eine schnelle, aber kurze Wirkung. Dadurch werden nicht nur das Einschlafen, sondern auch Unternehmungen, die langes Sitzen erfordern, wieder möglich. Bei Gegenanzeigen oder Unverträglichkeiten bzw. schwerwiegenderen Symptomen kann eine Therapie mit opiathaltigen Medikamenten und / oder Benzodiazepinen erfolgen. Sollte es hier zu Unverträglichkeiten kommen, gibt es Ausweichmedikamente. In jedem Fall muss die Medikation den individuellen Ansprüchen und Besonderheiten des Patienten angepasst werden.

Alternative Therapiemethoden, wie beispielsweise Implant-Akupunktur gibt es zwar, jedoch fehlen eindeutige Untersuchungen und Studien, die die Wirksamkeit belegen. Hier widersprechen sich zur Zeit noch die persönlichen Erfahrungsberichte beider Seiten – die der Patienten sowie die der Ärzte. Zudem werden die Kosten nicht von den Kassen übernommen.

Ausführlichere sowie aktuelle Informationen zum Thema RLS finden sich unter anderem bei der Deutschen Restless Legs Vereinigung unter www.restless-legs.org im Internet.

Text: textdoc / bs

Foto: Lupo / pixelio.de



- ◇ Krankenpflege
- ◇ Altenpflege
- ◇ Kinderkrankenpflege
- ◇ Betreuung
- ◇ Nachtwache
- ◇ 24 Stunden Versorgung
- ◇ 24 Stunden Notdienst
- ◇ Hauswirtschaft
- ◇ Menüservice
- ◇ Hausnotruf
- ◇ Einkaufsdienst
- ◇ Seniorenurlaub
- ◇ Betreutes Wohnen



Unsere Pflege - Ihr Plus

pflege plus®
Pflegedienst und mehr...
Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Beratungsstellen:

Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Gasstr. 14
41751 Viersen - Dülken
Telefon: 02162 / 571844

Bestattungskultur im Wandel

Mehr als die Hälfte aller Beisetzungen sind Urnenbestattungen: vernachlässigte Gräber sind der Verwaltung ein Dorn im Auge

Mönchengladbach. In Mönchengladbach gibt es insgesamt 13 städtische und elf konfessionelle – sieben katholische und vier evangelische – sowie vier Ehrenfriedhöfe und sieben jüdische (zwei offene und fünf geschlossene) Friedhöfe mit einer Gesamtfläche von rund 170 Hektar. Der Monat November rückt Jahr für Jahr mit den Gedenktagen die Friedhöfe ein Stück weiter in den Blickpunkt der Öffentlichkeit. An Allerheiligen und Allerseelen der Verstorbenen zu gedenken und die Gräber zu schmücken, hat in den katholischen Regionen eine lange Tradition. Auf den Friedhöfen im Stadtgebiet werden zudem zu Allerheiligen, am Volkstrauertag und Totensonntag auf den städtischen Ehrengräbern und Ehrenplätzen sowie auf den Kriegsgräberanlagen Kränze niedergelegt.

Doch nicht immer werden private Gräber so gepflegt, wie es sich die städtische Abteilung Grünflächen und Friedhöfe wünscht. Die Abteilung hat es mit einer zunehmenden Anzahl ungepflegter Grabstätten zu tun, von den Angehörigen oftmals vernachlässigt. Oft ist der Aufwand, die Angehörigen, die nicht selten weit außerhalb Mönchengladbachs wohnen, ausfindig zu machen, enorm groß. Hat die Stadt einmal Namen und Adressen, so können sie allerdings lediglich zur Pflege ihrer Gräber ermahnt werden. Die von der Stadt in solchen Fällen angebo-

tene Lösung, die Grabstätte wieder an die Stadt zurückzugeben und dieser auch die Pflege zu übertragen, wird von vielen aus Kostengründen abgelehnt. Bis zu 123 Euro kostet der jährliche Pflegeaufwand, der für die restliche Ruhezeit auf einmal gezahlt werden müsste. Das ist vielen allerdings zu teuer. Dafür lassen sie lieber ihre Grabstätte unverändert – notfalls auch ohne Pflege.

Für die Abteilung Grünflächen und Friedhöfe ist das mangelnde Verantwortungsbewusstsein ein deutliches Zeichen für eine sich verändernde Friedhofskultur, die ein Stückweit verloren geht. Das spiegelt sich auch in der Bestattungskultur, die sich in den letzten Jahren vor dem Hintergrund der gesellschaftlichen Veränderungen gewandelt hat. Nach wie vor geht der Trend deutlich zum Urnengrab. Gründe dafür sind Kosten- und Pflegeaufwand. Mit rund 58 Prozent nahm die Urnenbeisetzung im vergangenen Jahr mehr als die Hälfte aller Beisetzungen ein. Nach der Statistik für 2012 stehen den 607 Erdbestattungen insgesamt 848 Urnenbestattungen gegenüber. Ein Trend, der sich verfestigen dürfte.

Für die gegenwärtige Entwicklung in der Bestattungskultur bezeichnend ist auch die Zahl der Bestattungen, deren Kosten von der Stadt übernommen werden, weil die Angehörigen dazu wirtschaftlich nicht mehr in der Lage sind. Hier greift das Sozialamt ein. Im Jahr 2012 wurden beim Sozialamt in 161 Fällen Anträge auf Kostenübernahme gestellt, die in rund 130 Fällen ganz oder teilweise übernommen wurden. In weiteren rund 180 Fällen, in denen kein Bestattungspflichtiger vorhanden ist,

muss das Ordnungsamt die Kosten der Bestattung übernehmen, die bei bis zu 3.000 Euro pro Bestattung liegen. Die Stadt übernimmt dann die Kosten einschließlich Pflege für ein Urnenreihengrab auf den beiden Hauptfriedhöfen in Mönchengladbach und Rheydt. Dem gegenüber steht eine neue Form der Bestattung, die zunehmend nachgefragt wird: So gibt es derzeit schon zwei Grabeskirchen der katholischen Kirche in Mönchengladbach. Die große Nachfrage lässt weitere Kirchenumnutzungen erwarten.

Da die Art der Bestattung für viele eine reine Kostenfrage ist, hat die Stadt auch kostengünstigere Alternativen im Blick. Ob Kolumbarien in Stelenform auf Grabfeldern, Gemeinschaftsgrabanlagen, die von Friedhofsgärtnern gepflegt werden könnten oder Baumbestattungen (Urnenbestattungen um Bäume) als Alternative zum Friedwald: Für die Abteilung Grünflächen und Friedhöfe sind daher unterschiedlichste neue Modelle zukünftig auch in Mönchengladbach denkbar. Nicht zuletzt mit Blick auf die nach wie vor insgesamt rückläufige Entwicklung von Bestattungen in Mönchengladbach sieht die Verwaltung die Notwendigkeit, sich alternativen Bestattungsformen zu öffnen. Dies belegen die Zahlen: Etwa ein Fünftel aller Verstorbenen, das sind rund 600, wurden zu meist kostengünstigeren Konditionen in den benachbarten Niederlanden durch Verbrennung in Krematorien oder in einer Nachbargemeinde bestattet. Die Wanderungsverluste sind deutlich vorhanden. Eine Tendenz, die sich in den vergangenen Jahren immer stärker herauskristallisiert.

Quelle: pmg/sp

Ambulante Pflege im Überblick

Pflegeversicherung:

Die Pflegeversicherung wurde zur finanziellen Vorsorge für das Risiko der Pflegebedürftigkeit eingeführt. Hierzulande sind alle krankenversicherungspflichtigen Personen pflegeversichert. Träger der Pflegeversicherung sind die Pflegekassen, die organisatorisch zu den gesetzlichen Krankenkassen gehören.

Pflegebedürftigkeit:

Pflegebedürftig ist, wer einer körperlichen, geistigen oder seelischen Krankheit oder Behinderung wegen, in Bezug auf die gewöhnlichen und regelmäßig wiederkehrenden Verrichtungen des täglichen Lebens, für mindestens sechs Monate in erheblichem oder höherem Maße der Hilfe bedarf.

Der jeweilige Grad der Pflegebedürftigkeit wird in Pflegestufen von 0 bis 3 (H) festgelegt. Basis stellt hier der tägliche Zeitaufwand für Grundpflege und hauswirtschaftliche Versorgung dar.

Grundpflege umfasst pflegerische Hilfen aus den Bereichen „Körperpflege, Ernährung und

Mobilität“, hauswirtschaftliche Versorgung betrifft das Wohnumfeld.

Behandlungspflege umfasst alle vom Arzt zu verordnenden Pflegeleistungen. Diese werden von den Krankenkassen getragen.

Beantragung Pflegestufe:

Telefonisch oder online bei der zuständigen Pflegekasse (Krankenkasse) ein Antragsformular anfordern. Dieser Pflegeantrag enthält Fragen zur Person sowie Fragen nach dem Hilfebedarf (Körperpflege, Ernährung, Bewegung). Diesen ausfüllen, unterschreiben, zurücksenden. Ggf. Arzt, Pflegedienst, Betreuer o.ä. beratend hinzuziehen.

Die Pflegekasse beauftragt den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) mit der Prüfung der Pflegebedürftigkeit. Ein Begutachtungstermin wird vereinbart.

Der Gutachter des MDK erfasst die Aufwendungen für das Verrichten der Pflege im Fall des Pflegebedürftigen und legt in einem Gutachten fest, welche Aufwendungen erforderlich bzw.

anrechenbar sind. Die Pflegekasse stuft den Pflegebedürftigen gemäß Gutachten in eine Pflegestufe ein. Der Bescheid geht dem Antragsteller zu.

Der zeitliche Pflegeaufwand muss mindestens 90 Minuten betragen, darin müssen mindestens 45 Minuten sog. Grundpflege enthalten sein. Vor dem Begutachtungstermin empfiehlt es sich, zu notieren, was zur Sprache kommen soll. Es ist sinnvoll, über einen Zeitraum von mindestens 14 Tagen alle Pflegeleistungen und die dafür benötigten Zeiten in einem Pflegetagebuch festzuhalten. Einige Kassen stellen diese zu Verfügung.

Man trifft die Wahl zwischen privater Pflege durch Angehörige oder einem Pflegedienst. Dieser erbringt sog. Sachleistungen, für die die Pflegekasse einen, im Vergleich zum Pflegegeld, höheren Betrag monatlich zahlt. Auch eine Kombination von Pflegegeld und Sachleistungen ist möglich. Sachleistungen können einzeln oder mittels einer Zeitpauschale beauftragt werden. Es wird die für den Patienten günstigste Variante gewählt.



Für mich gekocht. Für mich gebracht. Von **apetito**

Bestellen Sie sich 3 leckere Mittagsgerichte ins Haus!

Unser „3 x lecker“-Angebot: Nur 5,89 € pro Tag
3 Tage ein DLG-prämiertes Mittagsgericht
plus 2 x Dessert und 1 Stück Kuchen

Rufen Sie uns an! 0 21 61 - 46 03 17
www.landhaus-kueche.de/lecker



Tel.: 04148 - 616233
Fax: 04148 - 616234

**zuzahlungsfreier
Hausnotruf
ab Pflegestufe I**

deutschlandweit



Wir verwenden Geräte der neuesten Generation von Attendo Systems

Die PEA-Leistung (persönlich eingeschränkte Alltagskompetenz bei Menschen, die z.B. an Demenz oder Alzheimer erkrankt sind) kann nur dann gezahlt werden, wenn diese eingeschränkte Alltagskompetenz vom Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) festgestellt wird.

Personen ohne PEA erhalten weiterhin das Pflegegeld in gewohnter Höhe.

Pflegestufe 0

Menschen mit PEA (ab 2015)

Pflegegeld: 123 Euro

Sachleistungen: bis 231 Euro

Wie bisher können zwischen 100 Euro (Grundbetrag) und 200 Euro (erhöhter Betrag) monatlich zweckgebunden für qualitätsgesicherte Betreuungsleistungen verwendet werden.

Außerdem können bis zu 1.550 Euro im Jahr für eine Ersatzpflege in Anspruch genommen werden, wenn die Hauptpflegeperson ausfällt.

Pflegestufe 1

Erhebliche Pflegebedürftigkeit: 90 Minuten Pflegezeit, davon mehr als 45 Minuten Grundpflege. (Ab 2015)

Pflegegeld: 244 Euro

mit PEA: 316 Euro

Sachleistung: 468 Euro

mit PEA: 665 Euro

Pflegestufe 2

Schwere Pflegebedürftigkeit: 3 Stunden Pflegezeit, davon mindestens 2 Stunden Grundpflege, dreimal täglich zu verschiedenen Tageszeiten. (Ab 2015)

Pflegegeld: 458 Euro

mit PEA: 545 Euro

Sachleistung: 1.144 Euro

mit PEA: 1.298 Euro

Pflegestufe 3

Schwerste Pflegebedürftigkeit: 5 Stunden Pflegezeit, davon mindestens 4 Stunden Grundpflege rund um die Uhr. (Ab 2015)

Pflegegeld: 728 Euro

Sachleistung: 1.612 Euro

Härtefall H

Eine der beiden Voraussetzungen muss erfüllt sein:

- Die Hilfe bei der Grundpflege umfasst mindestens 6 Stunden täglich, davon mindestens dreimal in der Nacht (zwischen 22 und 6 Uhr)

- Die Grundpflege kann nachts nur von mehreren Pflegekräften zusammen erbracht werden.

Sachleistung: 1.995 Euro

Beratungsbesuche:

Bei Bezug von Pflegegeld ist der regelmäßige Beratungsbesuch eines zugelassenen Pflegegedienstes verpflichtend. Dieser stellt eine regelmäßige Hilfestellung und pflegefachliche Unterstützung der Pflegepersonen dar und dient der Sicherung der Qualität häuslicher Pflege.

Pflegestufe 1 und 2: zweimal im Jahr (halbjährlich)

Pflegestufe 3: viermal im Jahr (vierteljährlich)

Pflegestufe 0: hier besteht die Berechtigung, halbjährlich Beratungsbesuche in Anspruch zu nehmen.

Verhinderungspflege:

Wird jemand seit mehr als einem halben Jahr zu Hause gepflegt, besteht der Anspruch auf Verhinderungspflege, die zu Hause erfolgt. Gründe für diesen Einsatz sind etwa Krankheit oder Urlaub der Pflegeperson. Wird die Verhinderungspflege von bis zum

zweiten Grad Verwandten übernommen, entspricht der Betrag dem Pflegegeld. Wird die Pflege von entfernten Angehörigen, Nachbarn oder einem professionellen Pflegedienst (Sachleistungen) übernommen, gilt für alle vier Pflegestufen (auch 0), dass bis zu 1.612 Euro in Anspruch genommen werden können.

Grundsätzlich besteht sowohl auf Verhinderungspflege als auch auf Kurzzeitpflege ein Anspruch und beide können einmal im Jahr unabhängig voneinander beantragt werden. **Der Zeitumfang wurde auf sechs Wochen (42 Tage) erweitert.** Es reicht aus, bei der zuständigen Pflegekasse einen Antrag auf Übernahme von Verhinderungspflege, auch „Ersatzpflege“ genannt, einzureichen. Außerdem ist es möglich, den Bewilligungszeitraum aufzuteilen und Ersatzpflege beispielsweise an mehreren Wochenenden zu nutzen. Eine frühzeitige Beantragung empfiehlt sich, damit die entsprechende Ersatzpflege pünktlich sichergestellt ist.

Neu:

Verhinderungspflege kann mit bis zu 50 % (806 Euro) des Leistungsbetrages aus noch nicht genutzter Kurzzeitpflege erhöht werden auf maximal 150% (2418 Euro).

Kurzzeitpflege:

Kurzzeitpflege ist ausschließlich in stationären Pflegeeinrichtungen möglich, es gelten jedoch ähnliche Richtlinien bezüglich der Vorgehensweise und der Voraussetzungen.

Die Höhe der Leistungen ist gleich. Der Bewilligungszeitraum

nicht mehr. Hier besteht ein Anspruch, **ab 2015 auch für Pflegestufe 0**, von bis zu **vier Wochen** kalenderjährlich sowie erhöhte Leistungen von bis zu **1.612 Euro**. **Künftig sind Betrag und Zeitraum verdoppelbar, indem nicht beanspruchte Verhinderungspflege genutzt wird.**

Teilstationäre Pflege:

Ist eine häusliche Betreuung tagsüber oder nachts nicht im erforderlichen Maße möglich, trägt die Pflegekasse die Kosten für eine teilstationäre Einrichtung. Dies bietet Pflegebedürftigen die Möglichkeit, trotz eines erhöhten Pflegebedarfs weiterhin zu Hause zu wohnen und sich im Rahmen der Nacht- oder Tagespflege von professionellem Personal betreuen zu lassen. Auch für berufstätige Angehörige stellt dies eine Entlastung dar.

Sachleistung teilstationär:

Pflegestufe 0: 231 Euro (neu)

Pflegestufe 1: 468 Euro

Pflegestufe 2: 1.144 Euro

Pflegestufe 3: 1.612 Euro

Ergänzende Leistung bei erheblichem allgemeinen Betreuungsaufwand: maximal 2.400 Euro jährlich. Die Kosten für Verpflegung und Unterkunft müssen privat getragen werden.

Hilfsmittel:

Grundsätzlich unterschieden wird zwischen Hilfsmitteln und Pflegehilfsmitteln. Hilfsmittel werden, soweit sie ärztlich verordnet wurden, bis zu einem bestimmten Betrag von der Krankenkasse übernommen. Auskunft darüber gibt das Hilfsmittelverzeichnis. Pflegehilfsmittel hingegen müssen nicht vom Arzt verordnet worden sein und werden von der

Pflegekasse übernommen. Sie sind im Pflegehilfsmittelverzeichnis festgehalten.

Pflegehilfsmittel:

Kosten für Geräte und Sachmittel, die zur häuslichen Pflege benötigt werden, werden von der Pflegekasse übernommen, unabhängig von der Pflegestufe. Die Pflegekasse übernimmt die Kosten nur dann, wenn sie nicht von der Krankenkasse getragen werden.

Pflegehilfsmittel werden unterschieden in zum Verbrauch bestimmte und technische Produkte. Nicht jedes Hilfsmittel ist ein Pflegehilfsmittel. Als Richtlinie gilt, dass Pflegehilfsmittel zur Erleichterung der Pflege oder zur Linderung der Beschwerden des Pflegebedürftigen beitragen oder ihm eine selbstständigere Lebensführung ermöglichen müssen. Gebrauchsgegenstände des täglichen Lebens sind keine Pflegehilfsmittel.

Technische Hilfsmittel können zum Beispiel sein:

- Lagerungshilfen
- Pflegebetten
- Hausnotrufgeräte

Hilfsmittel, die zum Verbrauch bestimmt sind, sind z.B.

- Einmalhandschuhe
- Betteinlagen
- Desinfektionsmittel

Für technische Hilfen fällt eine Zuzahlung in Höhe von 10 %, höchstens aber 25 Euro an, die der Pflegebedürftige als Eigenanteil pro Hilfsmittel selbst zahlt. Die Kosten für Verbrauchsprodukte werden **(ab 2015) mit bis zu 40 Euro pro Monat** erstattet. **Für alle Pflegestufen (0 bis 3) gilt (ab 2015):**

Barrierefreier Wohnungsumbau wird von der Pflegekasse mit bis zu **4.000 Euro** bezuschusst.

Hauskrankenpflegekurse:

Wer seinen Angehörigen zu Hause pflegt, kann kostenlos an einem Pflegekurs der Pflegekasse teilnehmen. Diese Kurse werden von unterschiedlichen Einrichtungen, wie beispielsweise Wohlfahrtsverbänden, Pflegediensten, Volkshochschulen oder Bildungsvereinen angeboten. Die Kosten tragen die Pflegekassen.

Man erhält praktische Anleitungen und Informationen, um seine Fähigkeiten zu optimieren, aber auch Beratung und Unterstützung zu vielfältigen Themen. Außerdem bieten diese Kurse Möglichkeiten, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen und Kontakte zu knüpfen.

Rentenversicherungspflicht auch für pflegende Angehörige:

Wird die Pflege durch eine nicht erwerbsmäßig tätige Pflegeperson ausgeübt, kann diese aufgrund der Pflegetätigkeit rentenversicherungspflichtig werden. In diesen Fällen leistet die zuständige Pflegekasse Rentenversicherungsbeiträge, welche die späteren Rentenansprüche erhöhen. Die Beitragszahlung richtet sich nach der Pflegestufe und dem Pflegeumfang.

Eine Rentenversicherungspflicht kommt zustande, wenn die Pflegeperson mindestens 14 Stunden in der Woche pflegt und keiner Erwerbstätigkeit oder selbstständiger Tätigkeit von mehr als 30 Stunden nachgeht.

Stand: Januar 2015/ohne Gewähr

Polizei: 110

Feuerwehr: 112

Bitte machen Sie folgende Angaben

Wer ruft an?

Nennen Sie Ihren Namen und die Telefonnummer, unter der Sie erreichbar sind

Wo ist der Einsatzort?

Nennen Sie die Adresse und die Besonderheiten bei der Zufahrt

Was ist passiert?

Beschreiben Sie mit kurzen Worten, was passiert ist

Wie viele Verletzte?

Nennen Sie die Anzahl der Verletzten

Welcher Art sind die Verletzungen?

Nennen Sie die Art der Verletzungen

Warten auf Rückfragen! - Nicht auflegen!

Erst wenn keine Fragen mehr offen sind, beendet die Feuerwehr das Gespräch

Notruf unterwegs:

Handy
in allen Mobilfunknetzen 112, ohne Vorwahl!

auch ohne gültige Karte und ohne PIN-Nummer

Telefonzelle
112, auch ohne Telefonkarte oder Geld

Giftnotruf Nordrhein-Westfalen
02 28 / 1 92 40

Bitte machen Sie folgende Angaben

Wer ruft an?

Nennen Sie Ihren Namen und die Telefonnummer, unter der Sie erreichbar sind

Wem ist es passiert?

Nennen Sie Alter und Gewicht des Betroffenen

Was wurde eingenommen?

Geben Sie an, was eingenommen wurde:

Medikament? Pflanze? Haushaltsmittel? Drogen?

Wie viel wurde eingenommen?

Geben Sie an, welche Menge eingenommen wurde

Wann ist es passiert?

Sagen Sie, wann sich der Vorfall ereignet hat

Wie wurde es eingenommen?

Sagen Sie, ob die Substanz getrunken/gegessen oder eingeatmet wurde, bestand Hautkontakt?

Wie geht es dem Betroffenen jetzt?

Beschreiben Sie den Zustand des Betroffenen: Ist er bewusstlos? Welche anderen Symptome?

Wo ist es passiert?

Sagen Sie, wo sich der Vorfall ereignet hat

Was wurde bereits unternommen?

Geben Sie an, welche Maßnahmen Sie bereits vorgenommen haben

Warten auf Rückfragen! - Nicht auflegen!

Erst wenn keine Fragen mehr offen sind, beendet der Giftnotruf das Gespräch.

Wichtig:

Bewahren Sie die giftige Substanz, Pflanze oder Verpackung auf. Sollten Sie den Rat bekommen, eine Klinik aufzusuchen, bringen Sie alles in die Klinik mit.

Telefonseelsorge
08 00/ 11 10 11 1
08 00/ 11 10 22 2

Ärztlicher Notdienst
116117

Zahnärztlicher Notdienst -MG-
0 21 61 1 00 98

Tierärztlicher Notdienst -MG-
0 21 61 52 00 3

Rufnummern der pflege plus® GmbH
Zentrale:
0 21 66 13 09 80

Pflegebereitschaft der pflege plus®
Notrufnummer
01 77 8 18 00 11

Apothekennotdienst
Mobiltelefon:
22 8 33
Festnetz:
0137 888 22 8 33



Unsere Pflege - Ihr Plus

pflege plus® GmbH
Unsere Pflege - Ihr Plus
Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Beratungsstellen:

Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Gasstraße 14
41751 Viersen - Dülken
Telefon: 02162 / 571844



Probleme mit dem Computer?

Tel: 0 21 56 - 915 24 64
Mobil: 0 17 4 - 37 38 157