

Inhalt

- 6 Über dieses Buch
- 8 Die wichtigsten Fragen und Antworten
- 17 Pflegen – was heißt das eigentlich?**
- 17 Informationen einholen: Wie viel Hilfe ist notwendig?
- 19 Der ehrliche Blick: Lässt sich die Pflege ins eigene Leben integrieren?
- 20 Miteinander planen
- 22 Pflege zu Hause – geht das überhaupt?
- 27 Hilfe von Profis: Hier gibt es Rat und Unterstützung**
- 28 Die Pflegeberatung der Pflegekassen: Ein Recht auf Hilfe
- 31 Die Pflegestützpunkte: Ansprechpartner für alle Hilfen vor Ort
- 34 Regelmäßiger Hausbesuch: Die Pflichtberatung
- 35 Weitere Beratungsangebote
- 38 Praktische Hilfe: Pflegekurse für pflegende Angehörige
- 41 Pflege finanzieren: Hier gibt es Unterstützung**
- 41 Wann die Pflegeversicherung zahlt
- 54 Die Leistungen der Pflegeversicherung
- 60 Soziale Absicherung für Pflegende
- 64 Die Leistungen der Krankenversicherung
- 73 Hilfe vom Staat
- 81 Arbeiten und Pflegen**
- 81 Zehn Tage frei für die Pflege
- 84 Pflegezeit: Ein halbes Jahr im Job kürzer treten

- 85 Familienpflegezeit:
Zwei Jahre Teilzeit
arbeiten
- 88 Teilzeitarbeit: Dauerhaft
die Arbeit reduzieren
- 91 Unterstützung bei der
Pflege**
- 94 Welche Pflege kann
sich Ihr Angehöriger
leisten?
- 95 Ambulante Pflege-
dienste: Pflege von
Profis
- 109 Betreuung und Unter-
stützung im Alltag
- 112 Die Kurzzeitpflege: Zeit
überbrücken
- 113 Die Ersatz oder Verhin-
derungspflege:
Vertretung zu Hause
- 115 Die Tages- und Nacht-
pflege: Freiräume
schaffen
- 116 Erfahrungen teilen:
Gesprächskreise für
pflegende Angehörige
- 117 Hilfe im Haushalt
- 120 Ausländische Pflege-
und Betreuungskräfte
- 129 Hilfsmittel für die
Pflege**
- 130 Eine kleine Auswahl
sinnvoller Hilfsmittel
- 133 So kommt das Hilfs-
mittel nach Hause
- 137 Die Kosten
- 139 Hausnotruf: Sicherheit
in den eigenen vier
Wänden
- 143 Pflege rechtlich
gesehen**
- 144 Die Ablage organisieren
- 145 Vollmachten ausstellen:
Wer soll Entschei-
dungen treffen?
- 150 Angehörige als Bevoll-
mächtigte: Das ist
wichtig zu wissen
- 154 Die rechtliche Betreuung

- 157 Pflege, ganz praktisch**
- 158 Abläufe planen
- 161 Das Pflegezimmer gestalten
- 162 Auf sich selbst achten: Gesundheitsschutz für Pflegende
- 165 Tipps für die praktische Pflege: Das macht Pflegen einfacher
- 171 Gesunde Ernährung
- 176 Rechtzeitig gegensteuern: Folgeerkrankungen vermeiden
- 189 Wenn die Pflege zu Hause an Grenzen stößt**
- 191 Was zu Konflikten führt
- 195 Alternativen zur häuslichen Pflege
- 199 Antrags-ABC: So erhalten Sie die gewünschten Leistungen**
- 200 Anträge, die der Pflegebedürftige selbst stellt
- 200 1. Antrag auf Pflegeleistungen bei der Pflegekasse
- 201 2. Formular zur Beantragung bestimmter Pflegeleistungen
- 202 3. Antrag auf Höherstufung
- 203 4. Antrag auf Kurzzeitpflege
- 204 5. Antrag auf Ersatz- und Verhinderungspflege
- 205 6. Antrag auf Tages- und Nachtpflege
- 206 7. Antrag auf Hilfsmittel
- 207 8. Antrag auf Pflegehilfsmittel
- 208 9. Antrag auf Verbesserung des Wohnumfelds
- 209 10. Antrag auf Überleitungspflege
- 210 11. Antrag auf geriatrische Rehabilitationsmaßnahmen

211	12. Antrag auf einen Schwerbehinderten- ausweis	218	Adressen
212	Anträge, die pflegende Angehörige stellen	222	Stichwortverzeichnis
212	13. Rentenbeiträge für pflegende Angehörige	224	Impressum
213	14. Antrag auf Freistel- lung vom Beruf		
216	15. Antrag auf Vorsorge- oder Rehabilitations- maßnahmen für pflegende Angehörige		
217	Widerspruch einlegen		
217	16. Widerspruch		