



## 6. Unterstützung/Hilfe für pflegende Angehörige

Kein Anspruch auf Vollständigkeit und Korrektheit.

### **Familienentlastende Dienste durch Vereine oder private Dritte**

Weitere Adressen erhalten Sie in der Rubrik „Kontakte in Pirna“.

Quelle und weitere Informationen unter: [www.pflegenetz.sachsen.de](http://www.pflegenetz.sachsen.de)

Bitte beachten Sie, dass einige Kosten selbst zu tragen sind bzw. nicht von der Pflegekasse erstattet werden!

<b>Alltagsbegleitung</b>  Alltagsbegleiter/innen stehen betagten Menschen ehrenamtlich zur Seite, die einen eigenen Haushalt führen und nicht pflegebedürftig (ohne Pflegegrad) sind. Es stehen gemeinsame Tätigkeiten im Vordergrund, die geistig fit/körperlich aktiv halten u. Unterstützung bieten, um aktiver am Leben teilnehmen zu können (z. B. Kochen, Spazierengehen, Besuch von Veranstaltungen). Alltagsbegleitung und Senioren/Seniorinnen finden sich über Projektträger/Vereine. Diese vermitteln.	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b><u>Projektträger:</u></b>  Atze e. V., Varkausring 1 b, Pirna 03501/490 721 E-Mail: <a href="mailto:skz@atze-pirna.de">skz@atze-pirna.de</a>  Diakonie Pirna, Schillerstraße 21 a, Pirna 03501/5710172 oder 0163/3938320   <li>• Seniorenhelper Sachsen GmbH, 0152/59586656</li><li>• Malteser Hilfsdienste e. V., Besuchs- und Begleitdienst, 03501/467835</li><li>• Karin Adamsky, 0173/5830513</li><li>• Alltagsbegleitung Uwe Arnhold, 0173/3551255</li><li>• Alltagsbegleitung mit Musik &amp; Herz, Susanne Flade, 0173/7511510</li></li></ul>
<b>Nachbarschaftshilfe Seniorenbegleitung</b>  Nachbarschaftshilfe bietet Unterstützung/Hilfe im häuslichen Umfeld an und unterstützt <b>Pflegebedürftige (mit Pflegegrad)</b> dabei, den Verbleib in der Häuslichkeit zu verlängern/Angehörige zu entlasten. Sie helfen, den Tagesablauf zu	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b><u>Kontaktstelle für Nachbarschaftshilfe</u></b> Mehrgenerationenhaus FAMIL e. V., Schillerstraße 35, Pirna 03501/446651 E-Mail: <a href="mailto:nachbarschaftshilfe@famil.de">nachbarschaftshilfe@famil.de</a></li></ul>

<p>strukturieren, bei hauswirtschaftlichen Dingen oder bei der Aktivierung vorhandener Kompetenzen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Kontaktstelle für Seniorenbegleitung</b> Zentrum für Begegnung, Beratung und Bildung e. V., 03501/790583 E-Mail: post@zbbb-pirna.de</li> <li>• Pflegesache Betreuungsdienste GmbH, 03501/5005556, <a href="mailto:info@pflegesache.de">info@pflegesache.de</a></li> <li>• Sandra Kaiser, 0162/9742008</li> <li>• Ramona Neumann, 0151/59478923</li> <li>• Oksana Shutkova, 0162/3395455</li> <li>• Birgit Wustmann, 0179/6686720</li> <li>• Cornelia Milde, 0173/3731065</li> </ul>
<p><b>Haushaltsnahe Dienstleistungen</b></p> <p>Umfassen alle unterstützenden Tätigkeiten, die zur Betreuung und Versorgung pflegebedürftiger Personen im häuslichen Umfeld erbracht werden</p> <p>z. Beispiel:  <i>Kochen, Putzen, Wäsche waschen, Spaziergänge, Blumenpflege, Erledigung von Einkäufen, Fahr- und Begleitdienste zu Behörden/Arztpraxen, Botengänge, sonstige Entlastungsleistungen, Einzelbetreuung</i></p> <p>Hierfür kann der Entlastungsbetrag in Höhe von 131 Euro pro Monat in den Pflegegraden 1 – 5 verwendet werden. Nur bei zertifizierten Anbietern und Anbieterinnen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ASB Königstein/Pirna e. V. 03501/4909820 oder 03501/4909810 (Fahrdienst)</li> <li>• Diakonie Pirna, 03501/523656</li> <li>• VALIDA, 03501/770610</li> <li>• Lebenshilfe Pirna-Sebnitz-Freital e. V., Ambulanter Behindertendienst Pirna, 03501/769532</li> <li>• Volkssolidarität Sächs. Schweiz - Osterzgebirge e. V., 03501/563-40</li> <li>• Caritas Beratungsdienste Pirna, 03501/443470</li> <li>• Lindenhof Rathen gGmbH, 03596/5093727</li> <li>• Johanniter Pirna, 03501/4649847</li> <li>• Pflegedienst Adamowicz gmbH, 03501/7793057</li> <li>• Home Vital GmbH – Thomas Falkowski, 03501/466388</li> <li>• Homely – Villa Rose, 03501/576490</li> <li>• Häusliche Krankenpflege Petters, 03501/441262</li> <li>• PGZ ambulant, 03501/4682400</li> <li>• Seniorenhelper Sachsen GmbH, 0152/595 866 56</li> <li>• Pflegesache Betreuungsdienste GmbH, 03501/5008856</li> <li>• Betreuung und Beratung mit tierischer Begleitung Nicole Panek, 0176/41081527</li> <li>• Sandra Kaiser, 0162/9742008</li> <li>• Ramona Neumann, 0151/59478923</li> <li>• Oksana Shutkova, 0162/3395455</li> <li>• Birgit Wustmann, 0179/6686720</li> <li>• „Lieber Daheim“, Heike Männchen, 0174/7559917</li> <li>• Alltagsassistenz und Begleitservice Simone Höhne, 0162/7301999</li> <li>• Dienstleistungsservice Andrè Schönherr, 03501/5062082</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kathrin Koehlert, 0174/4024986</li> <li>• „Wolkenlos Sorgenlos“ Anja Thume, 0179/9180865</li> <li>• Susanne Flade, 0173/7511510</li> <li>• Schwester Rosi Betreuungsdienst GmbH, 03501/5717937; 0159/06383975</li> <li>• „selbstFAIRtrauen“, 03501/4669376</li> <li>• 1A Alltagshelfer – Falko Aendrich &amp; Bernd Hoffmeister GbR, 0152/06455108</li> <li>• A &amp; B Alltagsservice Katja Quilitz, 0176/37209902</li> </ul>
<p><b>Pflegenden-Auszeit/ Kontakt- und Beratungscafé</b></p> <p>➔ Treff für pflegende Angehörige zum Austausch</p> <p><b>Kontaktstelle für Pflegeselbsthilfe</b></p> <p>Angebot für Menschen, die Angehörige (Kinder, Eltern, Partner und Partnerinnen, behinderte Personen) pflegen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zentrum für Begegnung, Beratung und Bildung e. V., 03501/762072</li> <li>• Caritas Pirna, 03501/4608860</li> <li>• FAMIL e. V., Frau Sommer, 03501/446651</li> </ul>
<p><b>Allgemeine Soziale Beratung (teilweise Schwerpunkt Seniorenberatung)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caritas Pirna, 03501/443470</li> <li>• Diakonie Pirna/Offene Behindertenhilfe, 03501/5710171</li> <li>• Zentrum für Begegnung, Beratung und Bildung e. V., 03501/762072</li> <li>• Lebenswerte Pirna e. V., 03501/466832 (Menschen mit Tumorerkrankungen)</li> </ul>
<p><b>Mahlzeitendienste/ „Essen auf Rädern“</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ASB Königstein/Pirna, 03501/4909860</li> <li>• Beyer's Speisehaus &amp; Partyservice Pirna, 03501/784764</li> <li>• Knack Frisch GmbH, 03501/4705900</li> </ul>
<p><b>Hausnotruf</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ASB Königstein/Pirna, 03501/4909820</li> <li>• Diakonie Pirna, 03501/523656</li> <li>• Johanniter Sozialstation Pirna, 03501/4649847</li> <li>• Volkssolidarität, 03501/563450</li> <li>• Malteser, 0800/9966001</li> </ul>

<b>REHA - Hilfsmittel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Meditech Sachsen GmbH Sanitätshaus Pirna, Am Felsenkeller 1 a, 03501/7107546</li> <li>• Orthopädie und Rehatechnik Dresden GmbH/Vital-Sanitätshaus, Breite Straße 38, 03501/528535</li> <li>• Rehaland Orthopädietechnik GmbH, Gartenstraße 38, 03501/571 601 Krietzschwitzer Straße 30, 03501/523616</li> </ul>
---------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### **Pflegeberatung**

#### **Pflegekassen:**

erfolgt persönlich, telefonisch oder vor Ort; kostenfrei

#### Gesetzlich Versicherte:

Pflegekasse bei der jeweiligen Krankenkasse angegliedert (Kontaktdaten sind der Rubrik 5 zu entnehmen)

#### Private Pflegeversicherung:

Compass Private Pflegeberatung, 0800 - 101 88 00

#### **Vereine/Pflegedienstleister:**

- Diakonie Pirna, Gartenstraße 30, 03501/585 4140
- die jeweiligen Pflegedienstleister

### **Kur für pflegende Angehörige**

seit Januar 2019: pflegebedürftige Person kann zur Kur mitgenommen werden

Mitnahme nicht möglich: Kranken- und Pflegekasse müssen die Pflege des/der Bedürftigen während der Kur koordinieren (Verhinderungs- oder Kurzzeitpflege)

Kur zur Vorsorge und Rehabilitation (§§ 23 und 40 SGB V)

Kontakte:

Krankenkasse, Rentenversicherungsträger

- Müttergenesungswerk – [www.muettergenesungswerk.de](http://www.muettergenesungswerk.de)
- Diakonie Pirna, Familienberatungsstelle, 03501/470030

### **Gespräch mit Personalabteilung im Unternehmen bzw. dem/der direkten Vorgesetzten über Möglichkeiten der Veränderung von Arbeitszeiten**

- Teilzeit
- HomeOffice, mobiles Arbeiten
- Inanspruchnahme von kurzzeitiger Arbeitsverhinderung und Pflegeunterstützungsgeld
- Pflegezeit und Familienpflegezeit

Näheres siehe Rubrik „Gesetze zum Thema Pflege“

### **Hilfe der Familie in Anspruch nehmen**

Besprechen der Pflegesituation im Familienkreis – Verteilung der Pflegeaufgaben in der Familie

## **Inanspruchnahme von Tages- und Nachtpflege, Urlaubs- und Verhinderungspflege oder Kurzzeitpflege**

Näheres in Rubrik „Leistungen der Pflegeversicherung“ sowie in Rücksprache mit der Pflegekasse und Pflegedienstleister

### **Pflegetelefon**

Angebot des Bundesministeriums für Familien, Senioren, Frauen und Jugend  
Tel.: 030/20179131

E-Mail: [info@wege-zur-pflege.de](mailto:info@wege-zur-pflege.de)

Montag – Donnerstag: 9 – 18 Uhr

### **Unterstützung für pflegende Kinder und Jugendliche**

Beratungsprojekt „Pausentaste“ des Bundesministeriums f. Familien, Senioren, Frauen und Jugend  
Tel.: 116 111

Montag – Samstag 14 bis 20 Uhr

[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

### **Hilfe für Menschen mit Behinderung und jene, die von einer Behinderung bedroht sind**

EUTB Stiftung Lebenshilfe Sächsische Schweiz / Osterzgebirge - Wohlfahrt in Sachsen

Ergänzende Unabhängige Teilhabe-Beratung, Gartenstraße 38, Pirna

Tel.: 03501 5009603, [www.autb-soe.de](http://www.autb-soe.de)

### **Selbsthilfegruppen**

- Angehörige von Demenzerkrankten/Alzheimererkrankten
- Trauerbewältigung
- Pflegende Angehörige

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (Kiss Pirna), Bürgerhilfe Sachsen, Schillerstraße 35, Pirna 03501/582713

### **Selbsthilfe-APP für pflegende Angehörige**

APP „in.kontakt“

Die mobile App in.kontakt ist kostenlos in den App Stores für Smartphones und Tablets (Android ab Version 6 und Apple ab Version 10) erhältlich.

Weitere Informationen: [www.in-kontakt.online](http://www.in-kontakt.online)

### **Reisen für Menschen mit Demenz/Einschränkungen und deren Angehörigen**

Rollstuhlreisen, betreute Seniorenreisen, Urlaub mit Demenzkranken oder Urlaub mit Pflege

Anbieter: Reisemaulwurf

Weitere Informationen: [www.reisemaulwurf.de](http://www.reisemaulwurf.de)