



# „Krok po kroku“ do opieki w domu.

- ☑ Co trzeba wiedzieć?
- ☑ Kogo można zapytać?
- ☑ Co musi być zrobione?

Bezpłatna informacja telefoniczna  
**08 00 - 220 4400**

LANDESSTELLE  
PFLEGENDE  
ANGEHÖRIGE



## „Krok po kroku“ do opieki w domu.

### „Organizacja domowej opieki dla ludzi starszych i chorych”

„Jak długo jest to możliwe, chcę zostać w domu” – w większości takie życzenie mają starsi ludzie oraz ci, którzy potrzebują pomocy i opieki innych. Dlatego też pozostali członkowie rodziny bardzo się starają, aby to życzenie spełnić. Potrzeba opieki wiąże się ze zmianą dotychczasowego trybu życia samego „pacjenta” jak i pozostałych członków jego rodziny:

- nowa odpowiedzialność,
- nowe zadania i czynności, których trzeba się nauczyć,
- zmiany dla wszystkich w codziennych obowiązkach.

Jak najlepiej to wszystko ze sobą pogodzić i zorganizować? Pytanie to, zadają sobie zarówno „podopieczni” jak i opiekunowie. Jedno jest pewne, w tym momencie potrzebne są nowe informacje i porady.

- ☑ **Co trzeba zrobić?**
- ☑ **Gdzie i kogo zapytać?**
- ☑ **O co konkretnie pytać ?**

Odpowiedzi na te i inne pytania – oczywiście w dużym skrócie – znajdziecie Państwo w tej ulotce.

Rzeczą oczywistą jest, że im więcej zbierzemy informacji i porad, tym łatwiej będzie zorganizować i połączyć ze sobą, opiekę i codzienność.

Dla pracujących istnieje możliwość otrzymania 10-ciu dni „wolnego” na załatwienie wszelkich formalności dotyczących organizacji „opieki w domu”.



# Co robić, gdy znajdziemy się już w tej konkretnej sytuacji?

Przede wszystkim nie popadać w panikę, że wszystko musi być zaraz, natychmiast. „Krok po kroku, systematycznie do celu!”

- 1. Nawiązać kontakt z Pflegeberatungsstelle (Biuro Opieki). W przypadku, gdy podopieczny znajduje się w szpitalu z Krankenhaussozialdienst (szpitalny punkt pomocy).** W Stadtverwaltung (Urzędzie Miasta) lub w Landesstelle Pflegen- de Angehörige (Związek Opiekunów) otrzymacie Państwo potrzebne informacje.
- 2. Złożyć wniosek w Pflegekasse (Kasa Opieki) na Pflegeeinstufung (określe- nie stopnia), w jakim potrzebna jest opieka.** Uwaga! wypłacanie zasiłku opie- kuńczego liczone jest od daty postawienia wniosku. O wniosek można się starać telefonicznie w Pflegekasse (Kasa Opieki).
- 3. Jeżeli podopieczny pobiera zasiłek socjalny, złożyć wniosek w Sozialamt (Urzędzie Socjalnym).** Zasięgnięcie odpowiednio wcześniej informacji, pozwoli uniknąć ewentualnych strat finansowych. Również i w tym przypadku liczy się data złożenia wniosku.
- 4. Zaopatrzyć się w Pfl egetagebuch (dziennik opieki), który może być pomoc- ny podczas prowadzenia wywiadu przez przedstawiciela Pflegekasse.** Wywiad i oględziny pacjenta odbywają się w jego domu. Inni członkowie rodziny mogą być obecni przy przeprowadzaniu wywiadu. Dziennik opieki otrzymujemy w Pflegekas- se albo Verbraucherzentrale.
- 5. Wziąć udział w kursie dla opiekunów. Kursy te są bezpłatne.** Pflegekasse i Sozialdienste (stacje opieki) prowadzą takie kursy.
- 6. Po otrzymaniu decyzji o wysokości świadczenia – także przy odmowie – żądać do wglądu protokołów.** Dokładnie się z nim zapoznać i ewentualnie wnieść poprawki i uzupełnienia.
- 7. Sprawdzić czy dla podopiecznego należy się Behindertenausweis (legity- macja inwalidy).** Stadverwaltung (Urząd Miasta) udziela informacji jak to załatwić. W zależności od stopnia inwalidztwa, należy się bezpłatna telewizja (GEZ-Befrei- ung) i udogodnienia w rozliczeniu podatkowym.
- 8. Przeanalizować, czy da się pogodzić pracę zawodową z opieką. Ewentual- na zmiana czasu pracy, oczywiście po rozmowie z pracodawcą. Istnieje moż- liwość otrzymania Pflegezeit („specjalnego urlopu”).** Od lipca 2008 możliwy max. 6-cio miesięczny urlop w firmie zatrudniającej powyżej 15-stu pracowników.
- 9. Konieczność zwolnienia się z pracy?! Obowiązkowo przed podjęciem takiej decyzji zasięgnąć porad w Agentur für Arbeit (Urzędzie Pracy).** Możliwość płą- cenia dowolnych składek ubezpieczeniowych np. na wypadek bezrobocia. Skład- kę za Krankenversicherung (ubezpieczenie chorobowe) ponosimy na własny koszt, jeżeli nie obejmuje ubezpieczenie rodzinne lub nie pobierany jest Arbeitslosengeld I lub II (zasiłek dla bezrobotnych).
- 10. Jeżeli zatrudnienie trzeba ograniczyć do 30-tu godzin tygodniowo i dodat- kowo prowadzona jest – min. 14 godzin tygodniowo – opieka, to w tym wypad- ku można odprowadzać składkę rentową, dla głównego opiekuna.** Wniosek w Pflegekasse
- 11. Jeśli podopieczny nie jest w stanie sam o sobie decydować, należy sta- rać się o Vollmacht (upoważnienie), pozwalające podejmować za daną osobę wszelkie decyzje.**



Po zebraniu wszelkich porad i informacji konieczna jest rodzinna debata! Razem z potrzebującym opieki i pozostałymi członkami rodziny trzeba dokonać ustaleń, jak ma być prowadzona opieka i jak ją najlepiej zorganizować.

**Starajmy się włączyć do opieki wszystkich, którzy chcą pomóc. Nie zostawajmy sami. Dobra organizacja i pomoc innych, ułatwi nam wykonywanie tego niełatwego i odpowiedzialnego zadania i pozwoli na równoczesne wykonywanie pracy zawodowej.**

Pamiętajmy, że istnieje możliwość zamieszkania we wspólnych ośrodkach dla ludzi o podobnej problematyce.

Rozwiązań jest sporo.

Ważne! Mając na uwadze swoje własne dobro, współpracujemy odpowiednio wcześniej z placówkami socjalnymi.

Skorzystajmy- przykładowo- z usług Pflegedienst (Ośrodek Pomocy), aby mieć dla siebie kilka godzin wolnego czasu.

Miejmy także na uwadze Tagespflegeeinrichtung (Ośrodek opieki dziennej), który również oferuje znaczną pomoc i wsparcie.

## Oferujemy pomoc! Na pewno warto z niej skorzystać!

Pflegedienststelle (Ośrodek Pomocy) i Pflegekasse (Kasa Opieki), która ściśle współpracuje z Krankenkasse (Kasa Chorych) udzielają porad i informacji w zakresie:

- **Pflegegeld** (zasiłek opiekuńczy) ■ **Pflegkurs** (szkolenie)
- **Kombinationsleistung** (opieka z udziałem punktów socjalnych)
- **Pflegehilfsmittel** (np. odpowiednie łóżko)
- **Leistungen für Pflegebedürftige mit besonderem Betreuungsbedarf** (dopłata dla osób specjalnej troski 100€ lub 200€)
- **Technische Hilfsmittel** (np. wózek inwalidzki)
- **Essensdienst** (np. dowóz jedzenia)
- **Hausnotrufgerät** (bezpośrednie połączenie z pogotowiem)
- **Tag- und Nachtpflege** (opieka dzienna i nocna)
- **Verhinderungs- oder Ersatzpflege** (zastępstwo)
- **Kurzzeitpflege** (opieka na krótki czas)

Pozostałe informacje: **LANDESSTELLE  
PFLEGENDE  
ANGEHÖRIGE**



Bezpłatna informacja telefoniczna  
**08 00 - 220 4400**

Internet: [www.lpfa-nrw.de](http://www.lpfa-nrw.de)  
E-Mail: [info@lpfa-nrw.de](mailto:info@lpfa-nrw.de)

Dodatkowo można zamówić bezpłatną broszurę: „Organizacja opieki w domu”

Tłumaczenie: Demenz-Servicezentrum für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte, Gelsenkirchen, telefon: 0209 - 604 83 20 / 0209 - 604 83 28

