

GROSSE HILFE,
GANZ NAH.



HILFSWERK



DER HILFSWERK PFLEGEKOMPASS

Ihre Orientierungshilfe rund um Pflege und Betreuung.

Hilfswerk Servicehotline
0800 800 820

ERSTE  SPARKASSE 

**WIENER
STÄDTISCHE**
VIENNA INSURANCE GROUP



S-VERSICHERUNG

s Pflegevorsorge

Es macht froh, für die möglichen Kosten professioneller Pflege vorgesorgt zu haben.

Das wollen Sie auch?

Dann informieren Sie sich jetzt in Ihrer Erste-Filiale oder Sparkasse.

GUT INFORMIERT UND BERATEN

Ganz gleich, ob sich der Bedarf allmählich abzeichnet, oder sich die Situation plötzlich einstellt: Es gibt kaum jemanden, der oder die mit dem Thema Pflege und Betreuung nicht manchmal überfordert wäre.

Welche Unterstützung gibt es? Welche ist für mich bzw. uns geeignet? Können wir uns das leisten? Was muss ich bei der Entlassung aus dem Spital beachten? Müssen wir im Wohnraum etwas ändern? Wer hilft uns beim Pflegegeldantrag? Wo finden wir gute und verlässliche Beratung?

Weil wir im Hilfswerk wissen, wie schwierig diese Fragen sind, sind wir für Sie da. Wenden Sie sich jederzeit an uns, wir beraten Sie gerne. Das Hilfswerk genießt als einer der bewährtesten und erfolgreichsten Dienstleister in der Pflege und Betreuung in Österreich das Vertrauen vieler Ratsuchender, zufriedener Kundinnen und Kunden sowie deren Angehöriger.

Sie haben den Hilfswerk Pflegekompass vor sich. Er hilft Ihnen, die grundlegenden Fragen rund um Pflege und Betreuung zu beantworten. Nutzen Sie ihn, wir haben ihn für Sie gemacht!



IHR HILFSWERK TEAM

Wir sind Ihr Partner, wenn es um Pflege und Betreuung geht.

Impressum: Medieninhaber und Herausgeber: Hilfswerk Österreich, 1120 Wien, Grünbergstraße 15/2/5, Tel. 01/4057500 Fax -60, office@hilfswerk.at, www.hilfswerk.at • Konzept & Redaktion: Elisabeth Anselm • Fachliche Begleitung: Monika Gugerell, Sabine Maunz • Projektmanagement: Regina Gschwandtner-Strnad • Lektorat: Petra Baumberger • Grafik: Egger & Lerch, 1030 Wien • Fotos: © Hilfswerk Österreich/Johannes Puch (Seiten 3/11/16/24/25/28); shutterstock.com (Cover/Pressmaster, Seiten 6/itsmejust, 7/Photographiee.eu, 8/Bencemor, 12/AlexanderRaths, 13/tingsriton chairat, 14/RobertKneschke, 17/In Green, 18/LightField Studios, 19/Photographiee.eu, 20/wavebreakmedia, 30/MatejKastelic, 32/Syda Productions, 33/Diego Cervo, 34/fizkes • Druck: Wograndl, 7210 Mattersburg • 8. Auflage, April 2022



SERVICE UND INFORMATION

ANLAUFSTELLEN // ADRESSEN // KONTAKTE

Seite 38



IHR HILFSWERK

ADRESSEN // KONTAKTE // ÜBERBLICK

Seite 36



GELD UND RECHT

FINANZEN // ABSICHERUNG // RECHTSFRAGEN

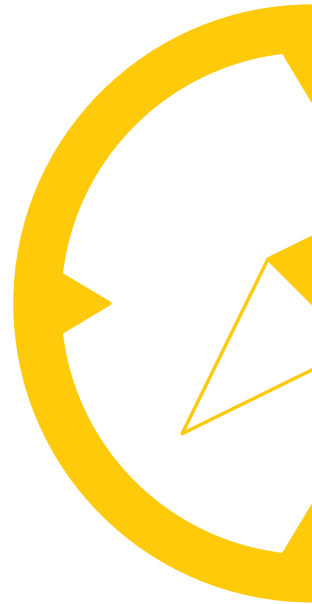
Seite 30



UNTERSTÜTZUNG NUTZEN

BETREUUNG // PFLEGE // HILFE

Seite 24



ABENTEUER ÄLTERWERDEN

ÄLTERWERDEN // GESUNDHEIT // SEELE

Seite 6



HEIMKOMMEN

SPITAL // THERAPIE // ENTLASSUNG

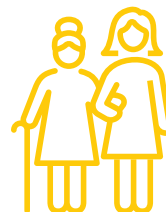
Seite 12



ZURECHTFINDEN

SELBSTÄNDIGKEIT // ABHÄNGIGKEIT // ANGEHÖRIGE

Seite 16



LEBEN DAHEIM

WOHNEN // LEBEN // HAUSHALT

Seite 20



ABENTEUER ÄLTERWERDEN

ÄLTERWERDEN // GESUNDHEIT // SEELE



Seit ich älter bin, macht mir nichts mehr so recht Freude.

Was kann ich tun?

Mit diesem Problem sind Sie nicht alleine und Ihre Situation ist nachvollziehbar: Sie haben viel erlebt, mussten vielleicht Verluste verkraften und Schicksalsschläge hinnehmen. Ihr Körper – und manchmal vielleicht auch Ihr Geist – wollen nicht mehr wie früher.

Aber es ist auch ein Geschenk, alt werden zu dürfen, vielleicht Enkel oder Urenkel aufwachsen zu sehen und Zeit für sich zu haben. Das beste Mittel gegen trübe Stimmung ist der Austausch mit anderen, etwas Bewegung oder frische Luft, Interessen zu pflegen und ein schönes Zuhause. Richten Sie Ihren Tagesablauf nach Ihren Bedürfnissen und Möglichkeiten ein: Essen

und trinken Sie regelmäßig, pflegen Sie wohltuende Routinen, genießen Sie angenehme Erinnerungen – am besten in Gesellschaft.

Sollten Sie aus Ihrem Stimmungstief gar nicht mehr herausfinden, suchen Sie ärztlichen Rat: Vielleicht leiden Sie an einer Altersdepression. Sie ist häufig, kann aber gut behandelt werden. ■

Meine Mutter ist in letzter Zeit so vergesslich. Steckt Demenz dahinter?

Eine gewisse Vergesslichkeit im Alter ist normal: Ältere Menschen verarbeiten neue Informationen und Eindrücke langsamer. Es kostet sie mehr Anstrengung, aufmerksam und konzentriert zu bleiben, die Flexibilität nimmt ab. Ihr Wissen und ihre lebenspraktischen und sozialen Routinen hingegen bleiben auch im höheren Lebensalter weitgehend erhalten. Damit können sie die anderen Defizite kompensieren.

Anders bei Demenz. Sie führt in beiden Bereichen zu einem Abbau und

vermindert die Fähigkeiten, die der Mensch im Alltag braucht: Gewohnte Tätigkeiten bereiten Schwierigkeiten, der Wortschatz schrumpft, die Sätze werden einfacher, Namen und Termine werden vergessen und die Orientierung fällt schwer. Mit der Zeit verlassen Betroffene ungern das Haus, ziehen sich zurück und haben keine Freude mehr an Hobbies. Sie leiden unter Schlafstörungen, lehnen jegliche Veränderung ab und leben mehr in der Vergangenheit als in der Gegenwart. Auch die Persönlichkeit verändert sich: Betroffene können unruhig, ängstlich, misstrauisch, traurig, aggressiv werden.

Sollten Sie bei Ihrer Mutter derartige Anzeichen beobachten, suchen Sie jedenfalls rasch professionellen Rat. Wenn Demenz früh erkannt und richtig behandelt wird, kann ihr Verlauf gedämpft werden. Eine gute Beratung hilft Ihnen, dieses schwierige Thema anzusprechen und zeigt Ihnen die geeigneten nächsten Schritte auf. ■



Kostenlose Ratgeber

Bestellen Sie unsere beliebten Broschüren über die **Veränderungen des Gehirns im Alter** sowie über den **Alltag mit Demenz** unter 0800 800 820 oder office@hilfswerk.at.

Oder besuchen Sie unsere Webseiten mehr-als-vergesslich.hilfswerk.at ich-bin-dann-mal-alt.hilfswerk.at



Wann braucht jemand Pflege und Betreuung? Wie kommt es dazu?

Bei vielen betagten Menschen nimmt die körperliche und/oder geistige Leistungsfähigkeit mit den Jahren ab. Dafür gibt es manchmal, aber nicht immer, einen bestimmten Grund. Grundsätzlich können sowohl chronische Geschehnisse als auch ein plötzliches Ereignis zur Folge haben, dass jemand Unterstützung braucht.

Zu den chronischen Geschehnissen gehören zum Beispiel Erkrankungen am Bewegungsapparat wie

Gelenksabnutzungen/Arthrosen und chronische Gelenkentzündungen/Rheuma. Sie rufen erst mit der Zeit Unterstützungsbedarf hervor. Zu den plötzlichen Ereignissen gehören beispielsweise Stürze. Sie führen unmittelbar dazu, dass jemand (vorübergehend) Betreuung braucht. Auch Herz-Kreislauf-Krankheiten wie Arteriosklerose, Herzmuskelchwäche, Herzmuskelentzündungen, ein Schlaganfall oder Herzinfarkt können – zum Teil allmählich, manchmal aber auch sehr plötzlich – zur Folge haben, dass jemand auf Pflege und Betreuung angewiesen

ist. Bei Erkrankungen der Psyche und des Nervensystems wie Demenz oder Parkinson entwickelt sich der Unterstützungsbedarf oft langsam. Ähnliches gilt für die Folgen von Diabetes oder Krebserkrankungen. Auch eine Inkontinenz, die durch eine andere Krankheit verursacht wird, kann zu Pflegebedarf führen.

In all diesen Fällen gilt: Mit der richtigen Therapie und Unterstützung ist trotz gesundheitlicher Einschränkungen viel Lebensqualität möglich. Lassen Sie sich beraten! ■



Haben Sie weitere Fragen zur Pflege?

Informieren Sie sich unverbindlich über die Pflegeberatung des Hilfswerks unter **0800 800 820** (gebührenfrei aus ganz Österreich),
office@hilfswerk.at
oder
pflgekompass.hilfswerk.at



bloom Hörakustik.

Bei uns wird SERVICE groß geschrieben!



1. PLATZ
KUNDEN
SERVICE
HÖRGERÄTE-
AKUSTIKER
Im Vergleich: 7 Unternehmen
Befragung 12/2021, qualitätsnet.at


GRATIS Hörtest
Persönliche
Höranalyse
KOSTENLOSES
Probetragen


19x in Österreich

Vereinbare jetzt einen Termin:



0800 640 046



info@bloomhearing.at



www.bloomhearing.at



bloomTM
HÖRAKUSTIK
wir verstehen hören

EXPERTENRAT: WAS EINE GUTE PFLEGEBERATUNG FÜR SIE TUN KANN

Hilfswerk Pflegeexpertin Sabine Maunz erläutert, warum Sie von einer guten Pflegeberatung profitieren.

Was ist eine Pflegeberatung genau?

Der Begriff „Pflegeberatung“ ist vielleicht etwas irreführend: Pflegeberatung setzt nämlich viel früher und breiter an, als es ihr Name vermuten lässt. Ich empfehle sie deshalb allen, die sich mit der Frage auseinandersetzen, wie sie im fortgeschrittenen Alter oder bei krankheitsbedingtem Unterstützungsbedarf leben möchten. Die Pflegeberatung informiert Sie umfassend darüber, welche Möglichkeiten Ihnen in diesen Fällen offenstehen. Das gilt selbstverständlich auch für Angehörige. Es ist sinnvoll, die Beratung gemeinsam in Anspruch zu nehmen, wenn das jemand möchte.

Was beinhaltet die Beratung?

Die Pflegeberatung hilft Ihnen, Ihre Situation zu ordnen und zu entscheiden, ob bzw. welche Unterstützung Sie brauchen. Sie hilft, Antworten zu finden auf die Frage, was Sie alleine schaffen, und was gegebenenfalls

Angehörige für Sie tun können. Sie gibt einen Überblick über die verschiedenen Angebote und hilft zu klären, welche Unterstützung in Ihrer Situation für Sie passt. Natürlich bietet sie auch konkrete Hilfe, wenn es darum geht, Pflegegeld zu beantragen oder zu erhöhen.

Auch Lösungen für mehr Komfort und Sicherheit zuhause können Teil der Beratung sein. Dazu gehören etwa Notruftelefon, Schlüsselsafe oder Brandmelder, Medikamentenspenders, diverse Hilfsmittel oder Anpassungen im Wohnraum. Eine altersgerecht angepasste Wohnung ohne „Stolperfallen“ und ausgestattet mit entsprechenden Hilfsmitteln, kann entscheidend sein für die Frage, ob und wie gut jemand zu Hause leben kann.

Wieso empfehlen Sie eine Pflegeberatung?

Meine langjährige Erfahrung in der Pflege hat mir etwas Wichtiges

gezeigt: Selbst Menschen, die einer Beratung gegenüber zuerst skeptisch eingestellt sind, sind nach einem beratenden Gespräch erleichtert. Sie erfahren viel Neues und sind anschließend wesentlich besser informiert. Sie erkennen, wie viele verschiedene Unterstützungsangebote es gibt, und dass es möglich ist, diese auf ihre persönliche Situation auszurichten. Das wird von vielen unterschätzt. Ich kenne eigentlich niemanden, der nicht von einer Pflegeberatung profitiert hätte.

Woran erkenne ich eine gute Pflegeberatung?

Eine gute Pflegeberatung geht bestmöglich auf Ihre Bedürfnisse und Möglichkeiten ein und entwickelt gemeinsam mit Ihnen individuelle Vorschläge und praktikable Lösungen. Eine gute Beraterin/ein guter Berater hört Ihnen also aufmerksam zu, stellt Ihnen eine Reihe von Fragen, bringt Erfahrung und Wissen sowie die

notwendigen Informationen ein. Nach der Beratung sollten Sie sich gut informiert und sicher fühlen. Und Sie sollten einen umfassenden Überblick und eine solide Entscheidungsgrundlage bzw. einen Plan für das weitere Vorgehen haben.

Kann ich die Beratung auch zu Hause in Anspruch nehmen?

Selbstverständlich! Wenn Sie zu Hause leben oder eine/n Angehörige/n im gewohnten Lebens-

umfeld belassen bzw. zu sich nehmen möchten, ist das sogar eine sehr gute Idee: So kann die Beraterin/der Berater dabei helfen, den Bedarf an Pflege und Betreuung anhand der konkreten Situation vor Ort einzuschätzen und an diese Voraussetzungen anzupassen.

Wo finde ich eine gute Pflegeberatung und was kostet sie?

Es gibt verschiedene Anlaufstellen für eine Pflegeberatung. Natürlich

empfehle ich gerne die Pflegeberatung des Hilfswerks. Was die Kosten betrifft, erkundigen Sie sich am besten vorab per Telefon: Je nach Situation und Bundesland ist die Beratung sogar kostenlos. Aber auch wenn Sie einen Beitrag leisten müssen, lohnt sich eine Beratung auf jeden Fall: Sie hilft Ihnen, Fehler zu vermeiden und Zeit und Energie zu sparen. ■



Nutzen Sie die Pflegeberatung des Hilfswerks!

Informieren Sie sich unverbindlich unter **0800 800 820** (gebührenfrei aus ganz Österreich),
office@hilfswerk.at
oder
pflegekompass.hilfswerk.at



HEIMKOMMEN

SPITAL // THERAPIE // ENTLASSUNG



Die Entlassung aus dem Krankenhaus steht an. Worauf muss ich achten?

Am Ende Ihrer Behandlung im Krankenhaus führt die behandelnde Spitalsärztin/der behandelnde Spitalsarzt ein abschließendes Gespräch mit Ihnen. Dort sollten Sie alle wichtigen Fragen klären. Besprechen Sie auf jeden Fall den Entlassungstermin. Fragen Sie,

wie Ihre Prognose aussieht: Mit welchen Einschränkungen müssen Sie (vorübergehend) rechnen? Welche Kontrolluntersuchungen und Therapien stehen an? Welche Medikamente, Rezepte, Hilfsmittel und Unterstützung brauchen Sie? An wen können Sie sich wenden, wenn Beschwerden auftreten? Ziehen Sie zu diesem Gespräch Angehörige bei, wenn Sie das möchten.

Am Tag der Entlassung erhalten Sie Ihren Patientenbrief (auch Entlassungsbrief genannt) und auf Wunsch auch eine Aufenthaltsbestätigung. Ob der Transport im Rettungswagen nach Hause kostenpflichtig ist, hängt von der medizinischen Notwendigkeit ab. Fragen Sie bei Ihrer Krankenkasse nach. Die Verpflegungskosten bezahlen Sie im Spital (bar, Bankomat) oder mit Erlagschein. ■

Was steht im Patienten- bzw. Entlassungsbrief? Wer soll ihn bekommen?

Der Patientenbrief enthält wichtige Informationen und Empfehlungen für die weitere Behandlung nach Ihrem Krankenhausaufenthalt. Er richtet sich vor allem an die Ärztinnen und Ärzte, die Sie eingewiesen haben oder von nun an weiterbetreuen. Ebenso an andere Gesundheitsdienste wie Physiotherapeutinnen/-therapeuten oder Pflegedienste, die Ihre anschließende Betreuung übernehmen. Sie entscheiden, wer Ihren Entlassungsbrief erhält. In der

Regel ist das die einweisende Ärztin/der einweisende Arzt bzw. Ihre Hausärztin/Ihr Hausarzt oder eine Fachärztin/ein Facharzt. Sie können eine Kopie Ihres Entlassungsbriefs für sich verlangen.

Wenn der Patientenbrief am Tag Ihrer Entlassung noch nicht fertig ist, bekommen Sie einen vorläufigen Brief. Den endgültigen Brief erhalten Sie in den nächsten Tagen per Post oder elektronisch. Der Patientenbrief enthält folgende Angaben: Aufnahmegrund, Untersuchungen und deren Ergebnisse, Diagnosen, Therapien, erhobene

Befunde (z. B. Röntgen, Ultraschall), empfohlene Medikation. Falls Kontrolluntersuchungen vorgesehen sind, sind die Termine dafür im Patientenbrief bereits festgehalten. Patientinnen und Patienten, die nach ihrem Aufenthalt im Krankenhaus noch pflegerische Betreuung benötigen, erhalten einen separaten pflegerischen Entlassungsbrief. Dieser enthält Informationen zum Pflegebedarf wie beispielsweise zu Verbandswechsel, Katheterpflege oder zur Unterstützung beim Waschen und Ankleiden. ■



Haben Sie weitere Fragen zur Pflege?

Informieren Sie sich unverbindlich über die Pflegeberatung des Hilfswerks unter **0800 800 820** (gebührenfrei aus ganz Österreich), office@hilfswerk.at oder **pflegekompas.hilfswerk.at**



Was macht das Entlassungsmanagement des Spitals genau? Was kann ich erwarten?

Das Entlassungsmanagement kommt ins Spiel, wenn Sie nach Ihrem Krankenhausaufenthalt weiterhin Pflege oder Betreuung brauchen. Es hilft Ihnen, alles Nötige für Ihre Versorgung zusammenzustellen. Im Idealfall lotst es sie im Zuge Ihrer Entlassung durch das Gesundheits- und Sozialsystem. Insbesondere wenn es darum geht,

Bewilligungen für Kur- oder Rehabilitationsaufenthalte einzuholen, Rezeptgebührenbefreiung oder Pflegegeld zu beantragen oder Hilfsmittel wie Rollstuhl, Rollator oder Badewannenlift zu besorgen.

Das Entlassungsmanagement hilft Ihnen auch bei der Organisation von mobilen Diensten wie Heimhilfe, Hauskrankenpflege oder Menüservice, nimmt Kontakt zu Hilfsorganisationen, Behörden oder

Selbsthilfegruppen auf und klärt mit Ihnen allgemeine finanzielle Fragen. Das klingt nach sehr viel, und das ist es manchmal auch. Aber seien Sie unbesorgt: Wenn Sie nicht alles sofort verstehen oder wenn nach Ihrer Entlassung noch Fragen offen sind, können Sie jederzeit nachfragen. Auch das Hilfswerk steht gerne begleitend bei und hilft Ihnen bei all diesen Fragen. Am besten im Rahmen einer Pflegeberatung (siehe Seiten 10 und 11). ■



Nutzen Sie die Pflegeberatung des Hilfswerks!

Nehmen Sie frühzeitig mit uns Kontakt auf. So können wir Ihr Nachhausekommen gemeinsam gut vorbereiten und die notwendige Betreuung vor Ort sicherstellen. Informieren Sie sich unverbindlich unter **0800 800 820** (gebührenfrei aus ganz Österreich), office@hilfswerk.at oder **pflgekompass.hilfswerk.at**



UNSER TIPP: ENTLASSUNG UND HEIMKOMMEN GUT VORBEREITEN

- ✓ Bestehen Sie auf ein ausführliches Abschlussgespräch mit Ihrer behandelnden Ärztin/Ihrem behandelnden Arzt in Spital oder Rehabilitation.
- ✓ Stellen Sie im Gespräch alle Fragen, die für Sie wichtig sind und bringen Sie Ihre Anliegen vor. Machen Sie sich vor dem Gespräch Notizen, damit Sie nichts vergessen. Ziehen Sie bei Bedarf eine/n Angehörige/n bei.
- ✓ Fragen Sie nach dem genauen Entlassungstermin samt Uhrzeit.
- ✓ Fragen Sie nach dem weiteren Verlauf Ihrer Genesung.
- ✓ Lassen Sie sich weiterführende Therapien, Medikamente und Rezepte erklären.
- ✓ Fragen Sie, mit welchen Einschränkungen Sie (vorübergehend) rechnen müssen.
- ✓ Erkundigen Sie sich, ob Kontrolluntersuchungen nötig sind.
- ✓ Informieren Sie sich, an wen Sie sich wenden können, wenn Beschwerden auftreten.
- ✓ Entscheiden Sie, wer Ihren Patientenbrief bekommen soll (siehe dazu S. 13).
- ✓ Verlangen Sie für sich eine Kopie des Patientenbriefes.
- ✓ Informieren Sie Ihre Hausärztin/Ihren Hausarzt im Vorfeld über Ihre Entlassung und den Entlassungstermin.
- ✓ Vereinbaren Sie einen Termin mit Ihrer Hausärztin/Ihrem Hausarzt, um den Patientenbrief zu besprechen.
- ✓ Organisieren Sie rechtzeitig alle nötigen Rezepte, Medikamente und Verordnungen. **Kümmern Sie sich wenn nötig frühzeitig um einen Pflegedienst.** So ist Ihre Versorgung und Betreuung zu Hause von Anfang an sichergestellt.
- ✓ Klären Sie, ob und zu welchen Bedingungen Sie einen Transport nach Hause beanspruchen dürfen.
- ✓ Fragen Sie Ihre Krankenkasse, ob sie die Transportkosten übernimmt. (Die Organisation des Transportes übernimmt das Krankenhaus für Sie.)
- ✓ Erkundigen Sie sich, ob Sie zu Hause Hilfsmittel oder Unterstützung brauchen und wie Sie dazu kommen.
- ✓ **Nehmen Sie jedenfalls frühzeitig Kontakt zu einem Pflegedienst auf.** Je früher, desto besser: So kann dieser alles Nötige vorbereiten, damit Sie zu Hause gut versorgt und betreut sind. **Ein guter Pflegedienst berät Sie gerne individuell.**

ZURECHTFINDEN

SELBSTÄNDIGKEIT // ABHÄNGIGKEIT // ANGEHÖRIGE



Ich wollte nie ein „Pflegefall“ und von anderen abhängig sein. Wie soll ich damit umgehen?

Viele Menschen empfinden es als Belastung, pflegebedürftig zu werden. Das ist verständlich – kaum jemand will mit Einschränkungen leben und abhängig sein. Und trotzdem: Den Themen Älterwerden, Gesundheit bzw. Krankheit und

Pflege müssen sich fast alle Menschen im Verlauf ihres Lebens stellen.

Die gute Nachricht ist: So schwierig dieser Moment ist; mit der richtigen Unterstützung kann die Lebensqualität auch im Alter sehr hoch sein. Professionelle Dienste wie die Hauskrankenpflege oder die Heimhilfe sorgen dafür, dass Sie zu Hause gut

betreut sind. Eine Fülle verschiedener Angebote wie Essen auf Rädern oder das Notruftelefon sorgen für Sicherheit und Komfort zu Hause. Auch Besuchsdienste oder der Austausch mit anderen Betroffenen sind eine gute Sache. Lassen Sie sich beraten. Ein Beratungsgespräch eröffnet Ihnen neue Möglichkeiten und entlastet Sie und Ihre Angehörigen. ■

Meine Mutter möchte keine fremden Menschen im Haus haben. Was kann ich tun?

Hier kommt verschiedenes zusammen, das oft zu Konflikten führt: Viele ältere Menschen möchten zu Hause in ihrer vertrauten Umgebung leben. Manchen fällt es dabei schwer einzusehen, dass sie Unterstützung brauchen. Oder sie lehnen fremde Menschen im Haus ab. Viele Angehörige können – aus fachlichen, zeitlichen oder persönlichen Gründen – aber nicht die gesamte Pflege und Betreuung übernehmen.

Das ist normal und sollte Ihnen kein schlechtes Gewissen machen. In diesem Fall ist es sinnvoll, mit einem Pflege- und Betreuungsdienst zusammenzuarbeiten: Die Mitarbeiter/innen der Pflege- und Betreuungsdienste sind ausgebildete Profis. Sie folgen klaren Verpflichtungen und Richtlinien. Diskretion, Verschwiegenheit und Respekt vor der Privatsphäre ihrer Kundinnen und Kunden sind für sie selbstverständlich. Ebenso wichtig ist eine klare Kundenorientierung: Ein guter Pflege- und Betreuungsdienst geht bestmöglich auf Ihre Situation, Ihre

Wünsche und Ihre Bedürfnisse bzw. die Ihrer Mutter ein und stimmt sich laufend mit Ihnen ab.

Nutzen Sie die Möglichkeit eines Beratungsgesprächs vor Ort, bei Ihrer Mutter zu Hause. Versuchen Sie, Ihre Mutter dafür zu gewinnen: Ein Gespräch mit einem erfahrenen Pflegedienst hilft, Vertrauen zu schaffen. ■



Professionelle Unterstützung entlastet Sie und Ihre Angehörigen!

Informieren Sie sich unverbindlich über **Unterstützungsmöglichkeiten zu Hause** sowie über **Angebote der Urlaubs- oder Kurzzeitpflege** unter **0800 800 820** (gebührenfrei aus ganz Österreich), office@hilfswerk.at oder [pflegekompass.hilfswerk.at](https://www.pflegekompass.hilfswerk.at)



Ich tue alles für meinen pflegebedürftigen Mann, trotzdem ist er ungut zu mir. Warum?

Sie sprechen ein Problem an, das viele Angehörige betrifft: Menschen, die mit Einschränkungen leben müssen und auf Unterstützung angewiesen sind, können oft nur schwer mit dieser Situation umgehen. Von anderen abhängig zu sein ist für sie oft schlimm.



Deshalb richten sie ihre schlechte Laune oft genau auf jene, die ihnen besonders nahestehen – so wie es bei Ihnen und Ihrem Mann der Fall ist. Daraus kann ein Teufelskreis entstehen: Je mehr Sie für Ihren Mann tun, desto stärker empfindet er die Abhängigkeit von Ihnen, und desto gereizter reagiert er auf Sie. Hinzu kommt, dass sich die gewohnten und eingespielten Rollen verändern. Das ist eine große Herausforderung. In solchen Momenten ist der Austausch mit anderen pflegenden Angehörigen oder auch das Gespräch mit einem Profi hilfreich. Zum Beispiel mit einer Psychologin/einem Psychologen oder einer Pflegefachkraft.

Entlastend ist es vielfach auch, Pflege- und Betreuungsdienste hinzuziehen. Wenn Sie nicht mehr die gesamte Unterstützung leisten müssen und Ihr Mann nicht bei allem und jedem einzig von Ihnen abhängig ist, kann das die Situation entspannen. So entsteht Raum für eine weniger belastete Beziehung.

Ich betreue meine zunehmend pflegebedürftige Mutter. Wie kann ich ihr sagen, dass mir manches zu viel wird, ohne sie zu kränken?

Einem nahestehenden Menschen zu sagen, dass einem die pflegerischen Aufgaben zu viel werden, ist schwierig. Aber es ist normal und auch legitim, dass Sie als Angehörige/r nicht alles übernehmen können und wollen, was die Pflege Ihrer Mutter erfordert. Sie haben eine besondere Beziehung zu Ihrer Mutter und nicht die Distanz und die Sicht eines Profis auf die Dinge. Dass für Sie manches schwer oder gar unmöglich ist, ist deshalb normal.

Versuchen Sie, Ihre Mutter zu überzeugen, dass eine Pflegeberatung sinnvoll ist. Sie hilft Ihnen, die Situation für beide bestmöglich zu gestalten. Eine neutrale, erfahrene Fachkraft kann viel erklären und dabei helfen, Vertrauen und Akzeptanz für professionelle Unterstützung zu schaffen. ■



Meine Frau bekommt Medikamente gegen Alzheimer, und dennoch ist der Umgang mit ihr manchmal schwierig. Was mache ich falsch?

Wahrscheinlich machen Sie gar nichts falsch. Der Umgang mit Menschen mit demenzieller Erkrankung ist trotz Medikamenten oft eine große Herausforderung – vor allem für Angehörige. Im Verlauf der Erkrankung ändert sich diese Herausforderung immer wieder.

Das heißt, Sie müssen immer wieder neu prüfen, wie Sie mit

der Betreuungssituation umgehen können und wollen.

In jedem Fall aber gilt: Je besser Sie informiert sind, umso eher finden Sie einen guten Umgang mit Ihrer Frau und eine tragfähige Lösung für Ihre Situation. Bestellen Sie gute Unterlagen und informieren Sie sich auch darüber, wie Sie die Gespräche mit Ihrer Frau gestalten können. Und lassen Sie sich unbedingt beraten. Gute Pflegedienste haben speziell ausgebildete Fachkräfte, die Ihnen gerne helfen. ■

Haben Sie weitere Fragen zu Demenz?

Weitere Informationen zu Demenz finden Sie auf unseren Webportalen mehr-als-vergesslich.hilfswerk.at ich-bin-dann-mal-alt.hilfswerk.at

Oder bestellen Sie die Broschüren zu den Themen „Wie sich das Gehirn im Alter verändert“ sowie „Alltag mit Demenz“ unter **0800 800 820** oder office@hilfswerk.at



LEBEN DAHEIM

WOHNEN // LEBEN // HAUSHALT



Meine Mutter möchte meinen Vater nach der Rehabilitation daheim pflegen. Was sollten wir im Haus anpassen?

Das hängt von den gesundheitlichen Einschränkungen Ihres Vaters ab. Es gibt jedoch Vorkehrungen, die in jedem Fall ziel führend und nützlich sind: Beseitigen Sie

„Stolperfallen“, um das Sturzrisiko einzudämmen. Das kann aufwendig sein, lohnt sich aber: Die Gefahr, die von Stolperfallen ausgeht, wird oft unterschätzt, die Folgen von Stürzen können jedoch verheerend sein. Anpassungen in Bad und WC sind ebenfalls hilfreich. Bringen Sie Haltegriffe und rutschfeste Matten

an. Braucht Ihr Vater Hilfsmittel zum Gehen? Achten Sie im Haushalt Ihrer Eltern auf breite Durchgänge bei Türen und zwischen den Möbeln. Organisieren Sie die ärztlichen Verordnungen für die Hilfsmittel rechtzeitig. So können Sie diese besorgen, bevor Ihr Vater nach Hause kommt. ■

HARTMANN



„Ich fühl mich gut“

**Gratismuster &
Beratung bei Ihrem
Bandagisten
oder unter
molicare.at**



Speziell MoliCare® von HARTMANN bietet bei Inkontinenz die bewährte Kombination von **Sicherheit** und **optimaler Hautverträglichkeit** (pH-Wert 5,5).

MoliCare®

Sicherheit. Jeden Tag.

www.molicare.at



UNSER TIPP: DIE HÄUFIGSTEN STOLPERFALLEN BEHEBEN



✘ **Rutschiges Badezimmer**

Hier helfen Haltegriffe und Anti-Rutsch-Matten in Dusche und Badewanne, kippsichere Sitzgelegenheiten, ein Haltegriff bei der Toilette. Heizstrahler am besten an die Wand montieren!

✘ **Dunkle Gänge, nächtliche Wege**

Lichtschalter und Telefon sollten unbedingt vom Bett aus erreichbar sein. Stecken Sie Nachtlichter in die Steckdosen auf den wichtigsten Wegen, etwa zur Toilette. Oder lassen Sie Leuchten montieren, die nicht blenden und bei Bewegung angehen.

✘ **Gefährliche Treppen**

Halten Sie Stiegen unbedingt frei und versehen Sie sie mit rutschfesten Belägen oder Gleitschutzstreifen. Beleuchten Sie sie gut (Lichtschalter oben und unten) und achten Sie auf sichere Handläufe. Gehen Sie niemals voll beladen oder in Eile über Stiegen!

✘ **Rutschende Teppiche**

Teppiche sollten Sie entweder entfernen oder mit beidseitig klebenden Anti-Rutsch-Unterlagen sichern. Hochstehende Ecken nicht vergessen!

✘ **Defekte Böden**

Lose Fliesen oder hochstehende Bretter sind gefährlich. Lassen Sie sie erneuern oder reparieren.

✘ **Erhöhte Türschwellen**

Türschwellen sollten entfernt, in der Höhe angepasst oder mit einer Farbe gestrichen werden, die sich vom umgebenden Fußboden abhebt.

✘ **Eng gestellte Möbel**

Achten Sie auf einen Abstand bzw. eine Durchgangsbreite von etwa 1,20 Metern, sonst wird sicheres Durchkommen schwierig.

✘ **Ungeeignete Hausschuhe**

Hausschuhe sollten flach sein,

eine rutschfeste Profilsohle haben und dem Fuß (auch an der Ferse) festen Halt bieten. Abgetragene Schuhe rechtzeitig ersetzen!

✘ **Sessel als Aufstiegshilfe**

Nutzen Sie niemals einen Sessel als Aufstiegshilfe! Bewahren Sie (Tritt-)Leitern so auf, dass sie schnell zur Hand sind (nicht in Garage, Keller, Dachboden). Ersetzen Sie beschädigte Leitern!

✘ **Glühlampen, Vorhänge**

Wenn Ihnen Arbeiten wie Glühlampen wechseln oder Vorhänge aufhängen schwerfallen, bitten Sie Verwandte oder Nachbarn um Hilfe oder lassen Sie Profis ran.

✘ **Kabel am Boden**

Kleben Sie Verlängerungskabel mit Paketklebeband über die ganze Länge am Fußboden fest. Noch besser: Lassen Sie zusätzliche Steckdosen montieren. Auch gut: Ein schnurloses Telefon.



HARNKATHETERPFLEGE

MIT URO-TAINER® SUBY G

Die Blasenspüllösung mit Zitronensäure gewährleistet den optimalen Abfluss des Harns und verhindert Krustenbildung im Katheter.
Rasch und steril anwendbar – einfach 5 Minuten einwirken lassen!

Uro-Tainer® Suby G ist mit fachärztlicher Verordnung erstattungsfähig!

Kontaktieren Sie uns unter **0800 312 478**
für ein Beratungsgespräch durch diplomiertes Fachpersonal.

B. Braun Austria GmbH | Otto Braun-Straße 3-5 | 2344 Maria Enzersdorf

Tel. +43 2236 46541-0 | Fax +43 2236 46541-177 | bbraun.austria@bbraun.com | www.bbraun.at

www.facebook.com/bbraunat | www.instagram.com/bbraun_at | www.linkedin.com/company/bbraun-group

UNTERSTÜTZUNG NUTZEN

BETREUUNG // PFLEGE // HILFE



Ich lebe allein und bin seit meinem Spitalsaufenthalt eingeschränkt. Kann ich trotzdem weiter zu Hause wohnen?

Ob und wie Sie am besten zu Hause leben können, hängt von verschiedenen Fragen ab: Welche Alltagsaktivitäten schaffen Sie alleine? Bei welchen Tätigkeiten brauchen Sie Hilfe?

Wer könnte Ihnen diese Hilfe bieten? Haben Sie zum Beispiel Angehörige, die in der Nähe wohnen oder Nachbarn, die einspringen können? Gibt es Momente, in denen Sie professionelle Unterstützung brauchen?

Gehen Sie diese Fragen in Ruhe durch und machen Sie eine Liste mit den wichtigsten Aktivitäten in Ihrem Alltag.

Sehr hilfreich kann eine professionelle Beratung sein. Ein Profi weiß, welche Fragen zu klären sind und gibt Ihnen einen Überblick über mögliche Lösungen. So haben Sie eine gute Entscheidungsgrundlage, um die Lösung zu finden, die für Sie am besten ist. ■

Mein Mann hatte einen Schlaganfall. Soll und kann ich ihn daheim betreuen?

Grundsätzlich ist es möglich, dass Sie Ihren Mann daheim betreuen. Ausschlaggebend ist die Frage, mit welchen Einschränkungen Ihr Mann rechnen muss, was das im Alltag bedeutet und wie Prognose und Therapie aussehen (siehe Seite 12). Außerdem müssen Sie sich fragen, ob ihr Zuhause die Voraussetzungen für diese neue Situation erfüllt.

Klären Sie, ob Anpassungen an Wohnung oder Haus nötig sind und welche Hilfsmittel Ihr Mann allenfalls braucht. Und vergessen Sie nicht, Ihre eigenen Möglichkeiten einzuschätzen: Wie belastbar sind Sie? Was schaffen Sie alleine? Wofür brauchen Sie und Ihr Mann Hilfe von außen? Welche Unterstützung passt für Sie und Ihren Mann? Eine gute Beratung hilft Ihnen, Ihre Überlegung zu ordnen und bietet die Informationen, die Sie für eine gute Entscheidung und eine gute Vorbereitung brauchen.

Fragen, die sich Betroffene und Angehörige auf jeden Fall stellen sollten:

Was schaffen wir alleine und wobei brauchen wir Hilfe?

- Einkaufen, Kochen
- Reinigen/Beheizen der Wohnung
- Waschen von Wäsche, Kleidung
- Körperpflege, Toilettengang
- Ankleiden, Auskleiden
- Gehen, Treppensteigen
- Aufstehen, Zubettgehen
- Essen, Trinken
- Einnehmen von Medikamenten
- Blutdruckmessen, Injektionen
- Versorgung von Wunden, Inkontinenz, Katheter, Stoma
- Kontakt zu Freunden, Besuche



Nutzen Sie die Pflegeberatung des Hilfswerks!

Informieren Sie sich unverbindlich unter **0800 800 820** (gebührenfrei aus ganz Österreich),
office@hilfswerk.at
oder
pflegekompass.hilfswerk.at



UNSER TIPP: ENTLASSUNG UND HEIMKOMMEN GUT ORGANISIEREN

Dieses Kapitel gibt Ihnen einen Überblick über verschiedene Angebote, die das Heimkommen und den Alltag zu Hause erleichtern. Lassen Sie sich im Voraus von einem Profi beraten: Die Pflegeberatung informiert Sie umfassend und hilft Ihnen, die bestmögliche Lösung für Ihre Situation oder die Ihrer Angehörigen zu finden (siehe auch Seiten 10 und 11). Sie unterstützt Sie bei Fragen zu Pflege und Pflegegeld, bei Organisatorischem und bei Formalitäten. Selbstverständlich können Sie in der Beratung auch persönliche Fragen ansprechen – auch solche, die Sie eventuell belasten. Die Beraterin/der Berater kommt auf Wunsch zu Ihnen nach Hause, die Beratung ist mitunter sogar kostenlos. Erkundigen Sie sich unverbindlich!

✓ **Damit Sie sich zu Hause sicher fühlen: NOTRUFTELEFON, RAUCH-MELDER, SCHLÜSSELSAFE**

Das Notruftelefon bietet rasche Hilfe im Notfall – in den eigenen vier Wänden, rund um die Uhr, einfach und zuverlässig. Mit einem Druck

auf den Sender alarmieren Sie die Notrufzentrale, die rasch Hilfe organisiert. Zusatzleistungen des Notruftelefons sind Taxibestellungen, die Organisation von Arztterminen oder Erinnerungsalarme. Der Rauchmelder ist mit dem Notruftelefon gekoppelt und löst bei Rauchbildung Alarm aus. Der Schlüsselsafe schafft Rettungsdiensten im Notfall sicheren Zutritt.

✓ **Damit Sie regelmäßig ausgewogen und gut essen können: MOBILER MENÜSERVICE BZW. ESSEN AUF RÄDERN**

Der Menüservice liefert Ihnen Mahlzeiten direkt ins Haus. Die Speisen sind nach bewährten Rezepten frisch zubereitet und fachgerecht verpackt. Sie bekommen die Mahlzeiten warm oder (tief) gekühlt. So bleiben die Vitamine und Nährstoffe optimal erhalten. Sie müssen nur noch genießen! Das Besondere: Der Menüservice berücksichtigt Ihre Diät: Neben Leicht- und Diabetikerkost stehen Ihnen auch cholesterinarme,

vegetarische, glutenfreie und laktosefreie Speisen zur Auswahl.

✓ **Damit Sie zu Hause gut versorgt sind: HEIMHILFE, HAUSKRANKENPFLEGE**

Die Heimhilfe unterstützt Sie bei der Körperpflege, beim An- und Auskleiden, beim Essen und Trinken sowie bei Erledigungen. Weiters hilft Sie Ihnen im Haushalt, beim Aufräumen, Putzen, Einkaufen und Kochen.

Die Hauskrankenpflege ist zuständig für Ihre medizinische und pflegerische Versorgung. Für Verbandwechsel zum Beispiel oder Injektionen, Medikamente und aufwendige Körperpflege. Sie kümmert sich um Aktivierung, Mobilisation und Vorbeugung und informiert und unterstützt Sie bei der Entlassung aus Krankenhaus oder Rehabilitation. Die Hauskrankenpflege berät Sie zudem, wenn es darum geht, Pflegegeld und Förderungen zu beantragen oder die richtigen Pflegehilfsmittel auszuwählen und zu organisieren.

✓ **Damit Sie zu Hause rund um die Uhr gut betreut sind: 24-STUNDEN-BETREUUNG**
Personenbetreuer/innen unterstützen Sie bei Ihren Alltagsaktivitäten, beim Essen und Trinken, bei der Körperpflege sowie beim An- und Ausziehen. Sie helfen Ihnen im Haushalt, erledigen Besorgungen, leisten Ihnen Gesellschaft und übernehmen bei Bedarf medizinisch- pflegerische Tätigkeiten. Sie kommen meist aus Ost-/Südeuropa, wohnen mit Ihnen bzw. Ihren Angehörigen im Haushalt und wechseln sich in einem meist 14-tägigen Turnus bei der Betreuung ab.

✓ **Damit Sie sozial gut eingebunden bleiben: TAGESZENTREN**
Tageszentren bieten Ihnen einen strukturierten Tagesablauf, qualifizierte Pflege, Betreuung und mancherorts Therapie. Sie fördern Sie in Ihrer Selbständigkeit und unterstützen Sie, Ihre Lebensqualität zu erhalten oder zu erhöhen. Sie erfahren individuelle Begleitung und sind eingebunden in eine Gemeinschaft. Gruppenangebote wie Gedächtnistraining,

Gymnastik, Malen, Singen oder Ausflüge helfen Ihnen, soziale Kontakte zu pflegen und fördern Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden. Tageszentren entlasten pflegende Angehörige: Sie ermöglichen Ihnen tageweise eine Auszeit von ihren Pflegeaufgaben und vereinfachen Ihnen die Vereinbarkeit von Beruf und Pflegetätigkeit.

✓ **Damit Sie gut aufgehoben sind, wenn Sie nicht mehr zu Hause leben wollen oder können: BETREUTES WOHNEN, SENIORENPENSIONEN/-HEIME**
Gut geführte Senioren pensionen/-heime bieten Ihnen professionelle Pflege und Betreuung sowie Service, Komfort und Sicherheit rund um die Uhr. Die Atmosphäre ist angenehm und anregend, Sie sind sozial eingebunden und können an verschiedenen Aktivitäten teilnehmen. Das entlastet Ihre Angehörige weitgehend. Im betreuten Wohnen leben Sie in Ihrer eigenen barrierefreien Wohnung, genießen Privatsphäre und sind gleichzeitig optimal betreut. Das gibt Ihnen Sicherheit.

✓ **Damit Sie als pflegende/r Angehörige/r durchatmen können: KURZZEIT- UND URLAUBSPFLEGE**
Pflegende Angehörige können die 24-Stunden-Betreuung für einen begrenzten Zeitraum von zwei, drei oder vier Wochen in Anspruch nehmen – für eine Urlaubsbetreuung, zur Entlastung oder zur Überbrückung, wenn Sie auf einen Heimplatz warten. Auch Seniorenpensionen/-heime dies an.

Es gibt eine Fülle von Angeboten und Hilfsmitteln für Ihre Gesundheit, Ihre Sicherheit und Ihr Wohlbefinden.

Erkundigen Sie sich zum Beispiel auch nach:

- mobiler Therapie (bei Problemen mit Bewegung, Motorik, Sprache)
- Besuchs- und Begleitdiensten
- Überleitungspflege
- Palliativpflege
- Spezialberatungsangeboten zu Demenz, Schmerz, Inkontinenz, Sturzprävention und Wohnraumanpassung
- Tagesbetreuung
- Gedächtnistraining
- Veranstaltungen

Lassen Sie sich unverbindlich beraten unter **0800 800 820** (gebührenfrei aus ganz Österreich) oder office@hilfswerk.at

Wir denken über ein Pflegeheim nach. Wann ist ein Heim die richtige Lösung?

Die meisten älteren Menschen möchten so lange wie möglich zu Hause in ihrer gewohnten Umgebung leben. Dennoch gibt es Situationen, in denen die Pflege und Betreuung in einem Pflegeheim die bessere Lösung ist. Das trifft insbesondere in folgenden Fällen zu: Wenn der Pflegebedarf zu groß oder zu belastend ist.

Wenn die ständige Anwesenheit von pflegenden Angehörigen erforderlich, aus verschiedenen Gründen aber nicht möglich ist. Wenn ein zu großes Risiko besteht, etwa ein hohes Sturzrisiko oder bei hochgradiger Demenz. Oder wenn kein soziales Umfeld existiert und Vereinsamung droht. Ein gut geführtes Pflegeheim bietet professionelle Pflege und Betreuung sowie Service, Komfort und Sicherheit rund um die Uhr, eine angenehme,

entspannte und anregende Atmosphäre, soziale Kontakte und Aktivitäten. Das entlastet Angehörige weitgehend.

Ich pflege meinen Mann und brauche tagsüber ein paar Stunden für mich selbst. Welche Möglichkeit gibt es für mich?

Eine gute Möglichkeit ist in diesem Fall ein Tageszentrum. In Tageszentren werden ältere Menschen tagsüber individuell betreut. Ein strukturierter Tagesablauf, bedarfsgerechte Betreuung, individuell abgestimmte Pflege und Therapie, Unterstützung und Beratung sorgen für Sicherheit und Komfort. Soziale Kontakte, Gruppen- und Einzelangebote wie beispielsweise Musik, Bewegung, Ausflüge und Veranstaltungen bieten ein anregendes Umfeld und fördern persönliche Fähigkeiten und Fertigkeiten. Lassen Sie sich beraten, ob ein Tageszentrum für Sie und Ihren Mann in Frage kommt. ■



Nachbar in Not • Die Presse - Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extraführungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Naturhistorischen Museum mit sprachsensiblen Führungen für Kinder aus einem benachteiligten Umfeld • Licht ins Dunkel • Tiergarten Schönbrunn • Österreichische Bergrettung • Hospiz Österreich • Lotterien Tag im Belvedere mit einer Führung für Sehbehinderte und Demenzzranke • Lotterien Tag im Joanneum Graz mit dem inklusivem Projekt „Museum für alle“ • Lotterien Tag in der Josefstadt • Lotterien Tag im Kunsthau Wien mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag beim Wiener Kabarettfestival mit Vergabe von VIP Tickets an die Caritas Frauenhäuser • Wien Work - integrative Betriebe • Ein Funken Wärme • Heizkostenunterstützung für Menschen in schwieriger Situation • Exoskelett Bewegungshilfe für gehbehinderte Menschen • Lotterien Tag im MuseumsQuartier • Weltrotkreuztag • IMBA - Forschung Spielsucht • Lotterien Tag im Technischen Museum mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Wiener Lustspielhaus mit Ticketvergabe ans Neunerhaus • Neunerhaus - Wohnhaus für Obdachlose • Special Olympics Österreich • e.motion Lichtblickhof- Unterstützung von Familien bei traumatischen Erlebnissen • Nationalpark Hohe Tauern - Projekt barrierefreie Nationalpark-Themenwege im Kalser Klödnitztal • Debra - Patientenorganisation für an Epidermolysis bullosa Erkrankte („Schmetterlingskinder“) • Red Noses Clowndoctors • Auftakt - betreut Menschen mit Behinderungen beim Wohnen und in der Freizeit • Homeless Worldcup der Caritas Steiermark - die soziale Straßenfußball-Weltmeisterschaft • Sturm Graz- Special Blackies • Literaturpreis Ohrenschmaus- fördert das Schreiben von lernbehinderten AutorInnen mit Schreibtalent • Simultania Kunstpreis des Hilfswerks Steiermark • Coca Cola Inclusion Run zugunsten Special Olympics • Club NÖ- Turnier zur Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen • Marianne Hengl / Verein RollOn Austria für Menschen mit Behinderung • Caritas Haus Immanuel meets Märchensommer Niederösterreich • Verein Rainbows- Betreuung von Kinder und Jugendlichen in schwierigen Lebenssituationen • Verein Rainbows Niederösterreich - Benefizveranstaltung • Verein Pilgrim - betreut Menschen mit Behinderung in deren Freizeit • ArbeiterSamariterBund Alkoven- Krankentransport, Rettungsdienst, Hilfeleistungen • Benefizkonzert zugunsten der Kinderburg Rappottenstein • Salzburger Gehörlosenvereine • Vienna Charity Run/Austria Charity Run zugunsten Sterntalerhof • Ghost Run zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Wiener Tafel • Sozialmärkte SOMA+ Caritas • Lebenshilfe Inklusionspreis+ Förderpreis • Lotterien Tag in Parndorf • TAfE-Ball Inklusionsveranstaltung • Charity „Laufen hilft“ zugunsten St. Anna Kinderspital und Neunerhaus • LOK Verein Leben ohne Krankenhaus • Wiener Zoolauf zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Lotterien Tag im Museum Kärnten • NÖ Berg- und Naturwacht • Österreichische Kinderhilfe • Österreichische Seniorenhilfe • Österreichische Sporthilfe • Sporthilfe/Sportler mit Herz • Sporthilfe/Millionenshow • Österreichisches Olympisches Comité • Österreichisches Paralympisches Committee • Österreichisches Paralympisches Committee-Talent Days 2022 • Caritas Haus Immanuel • Diakonie Österreich/Gartenhof de la Tour • Theater Delphin-Verein zur Förderung von integrativer Kunst, Kreativität und Kommunikation • Forschungsverein Lungenhochdruck • Soziale Projekte Steiermark • Caritas Socialis Hospiz Rennweg • Österreichischer Senjorenbund • Österreichisches Hilfswerk • Österreichische Volkshilfe • Pensionistenverband Österreich • s Häfler der Diakonie Wien • SOMA Märkte Österreich • Caritas - Le + O Lager und Sammlung • Nachbar in Not •

**DEM GLÜCK
EINE CHANCE
GEBEN**



Nachbar in Not • Die Presse - Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extraführungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Naturhistorischen Museum mit sprachsensiblen Führungen für Kinder aus einem benachteiligten Umfeld • Licht ins Dunkel • Tiergarten Schönbrunn • Österreichische Bergrettung • Hospiz Österreich • Lotterien Tag im Belvedere mit einer Führung für Sehbehinderte und Demenzzranke • Lotterien Tag im Joanneum Graz mit dem inklusivem Projekt „Museum für alle“ • Lotterien Tag in der Josefstadt • Lotterien Tag im Kunsthau Wien mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag beim Wiener Kabarettfestival mit Vergabe von VIP Tickets an die Caritas Frauenhäuser • Wien Work - integrative Betriebe • Ein Funken Wärme • Heizkostenunterstützung für Menschen in schwieriger Situation • Exoskelett Bewegungshilfe für gehbehinderte Menschen • Lotterien Tag im MuseumsQuartier • Weltrotkreuztag • IMBA - Forschung Spielsucht • Lotterien Tag im Technischen Museum mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Wiener Lustspielhaus mit Ticketvergabe ans Neunerhaus • Neunerhaus - Wohnhaus für Obdachlose • Special Olympics Österreich • e.motion Lichtblickhof- Unterstützung von Familien bei traumatischen Erlebnissen • Nationalpark Hohe Tauern - Projekt barrierefreie Nationalpark-Themenwege im Kalser Klödnitztal • Debra - Patientenorganisation für an Epidermolysis bullosa Erkrankte („Schmetterlingskinder“) • Red Noses Clowndoctors • Auftakt - betreut Menschen mit Behinderungen beim Wohnen und in der Freizeit • Homeless Worldcup der Caritas Steiermark - die soziale Straßenfußball-Weltmeisterschaft • Sturm Graz- Special Blackies • Literaturpreis Ohrenschmaus- fördert das Schreiben von lernbehinderten AutorInnen mit Schreibtalent • Simultania Kunstpreis des Hilfswerks Steiermark • Coca Cola Inclusion Run zugunsten Special Olympics • Club NÖ- Turnier zur Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen • Marianne Hengl / Verein RollOn Austria für Menschen mit Behinderung • Caritas Haus Immanuel meets Märchensommer Niederösterreich • Verein Rainbows- Betreuung von Kinder und Jugendlichen in schwierigen Lebenssituationen • Verein Rainbows Niederösterreich - Benefizveranstaltung • Verein Pilgrim - betreut Menschen mit Behinderung in deren Freizeit • ArbeiterSamariterBund Alkoven- Krankentransport, Rettungsdienst, Hilfeleistungen • Benefizkonzert zugunsten der Kinderburg Rappottenstein • Salzburger Gehörlosenvereine • Vienna Charity Run/Austria Charity Run zugunsten Sterntalerhof • Ghost Run zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Wiener Tafel • Sozialmärkte SOMA+ Caritas • Lebenshilfe Inklusionspreis+ Förderpreis • Lotterien Tag in Parndorf • TAfE-Ball Inklusionsveranstaltung • Charity „Laufen hilft“ zugunsten St. Anna Kinderspital und Neunerhaus • LOK Verein Leben ohne Krankenhaus • Wiener Zoolauf zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Lotterien Tag im Museum Kärnten • NÖ Berg- und Naturwacht • Österreichische Kinderhilfe • Österreichische Seniorenhilfe • Österreichische Sporthilfe • Sporthilfe/Sportler mit Herz • Sporthilfe/Millionenshow • Österreichisches Olympisches Comité • Österreichisches Paralympisches Committee • Österreichisches Paralympisches Committee-Talent Days 2022 • Caritas Haus Immanuel • Diakonie Österreich/Gartenhof de la Tour • Theater Delphin-Verein zur Förderung von integrativer Kunst, Kreativität und Kommunikation • Forschungsverein Lungenhochdruck • Soziale Projekte Steiermark • Caritas Socialis Hospiz Rennweg • Österreichischer Senjorenbund • Österreichisches Hilfswerk • Österreichische Volkshilfe • Pensionistenverband Österreich • s Häfler der Diakonie Wien • SOMA Märkte Österreich • Caritas - Le + O Lager und Sammlung • Nachbar in Not • Die Presse - Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extraführungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Naturhistorischen Museum mit sprachsensiblen Führungen für Kinder aus einem benachteiligten Umfeld • Licht ins Dunkel • Tiergarten Schönbrunn • Österreichische Bergrettung • Hospiz Österreich • Lotterien Tag im Belvedere mit einer Führung für Sehbehinderte und Demenzzranke • Lotterien Tag im Joanneum Graz mit dem inklusivem Projekt „Museum für alle“ • Lotterien Tag in der Josefstadt • Lotterien Tag im Kunsthau Wien mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag beim Wiener Kabarettfestival mit Vergabe von VIP Tickets an die Caritas Frauenhäuser • Wien Work - integrative Betriebe • Ein Funken Wärme • Heizkostenunterstützung für Menschen in schwieriger Situation • Exoskelett Bewegungshilfe für gehbehinderte Menschen • Lotterien Tag im MuseumsQuartier • Weltrotkreuztag • IMBA - Forschung Spielsucht • Lotterien Tag im Technischen Museum mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Wiener Lustspielhaus mit Ticketvergabe ans Neunerhaus • Neunerhaus - Wohnhaus für Obdachlose • Special Olympics Österreich • e.motion Lichtblickhof- Unterstützung von Familien bei traumatischen Erlebnissen • Nationalpark Hohe Tauern - Projekt barrierefreie Nationalpark-Themenwege im Kalser Klödnitztal • Debra - Patientenorganisation für an Epidermolysis bullosa Erkrankte („Schmetterlingskinder“) • Red Noses Clowndoctors • Auftakt - betreut Menschen mit Behinderungen beim Wohnen und in der Freizeit • Homeless Worldcup der Caritas Steiermark - die soziale Straßenfußball-Weltmeisterschaft • Sturm Graz- Special Blackies • Literaturpreis Ohrenschmaus- fördert das Schreiben von lernbehinderten AutorInnen mit Schreibtalent • Simultania Kunstpreis des Hilfswerks Steiermark • Coca Cola Inclusion Run zugunsten Special Olympics • Club NÖ- Turnier zur Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen • Marianne Hengl / Verein RollOn Austria für Menschen mit Behinderung • Caritas Haus Immanuel meets Märchensommer Niederösterreich • Verein Rainbows- Betreuung von Kinder und Jugendlichen in schwierigen Lebenssituationen • Verein Rainbows Niederösterreich - Benefizveranstaltung • Verein Pilgrim - betreut Menschen mit Behinderung in deren Freizeit • ArbeiterSamariterBund Alkoven- Krankentransport, Rettungsdienst, Hilfeleistungen • Benefizkonzert zugunsten der Kinderburg Rappottenstein • Salzburger Gehörlosenvereine • Vienna Charity Run/Austria Charity Run zugunsten Sterntalerhof • Ghost Run zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Wiener Tafel • Sozialmärkte SOMA+ Caritas • Lebenshilfe Inklusionspreis+ Förderpreis • Lotterien Tag in Parndorf • TAfE-Ball Inklusionsveranstaltung • Charity „Laufen hilft“ zugunsten St. Anna Kinderspital und Neunerhaus • LOK Verein Leben ohne Krankenhaus • Wiener Zoolauf zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Lotterien Tag im Museum Kärnten • NÖ Berg- und Naturwacht • Österreichische Kinderhilfe • Österreichische Seniorenhilfe • Österreichische Sporthilfe • Sporthilfe/Sportler mit Herz • Sporthilfe/Millionenshow • Österreichisches Olympisches Comité • Österreichisches Paralympisches Committee • Österreichisches Paralympisches Committee-Talent Days 2022 • Caritas Haus Immanuel • Diakonie Österreich/Gartenhof de la Tour • Theater Delphin-Verein zur Förderung von integrativer Kunst, Kreativität und Kommunikation • Forschungsverein Lungenhochdruck • Soziale Projekte Steiermark • Caritas Socialis Hospiz Rennweg •

„Glücksspiel mit Verantwortung“ ist Leitgedanke für alle unsere wirtschaftlichen Aktivitäten. Die gesellschaftliche Verantwortung der Österreichischen Lotterien geht daher weit über den Spielerschutz hinaus. Das Engagement im humanitären und sozialen Bereich ist im Unternehmen von Beginn an fest verankert. So unterstützen wir in Österreich auch zahlreiche Institutionen im sozialen und gemeinnützigen Bereich. Von Caritas bis Volkshilfe, von Frauenhäusern bis Rotes Kreuz. Keine andere Unternehmensgruppe in Österreich verfügt über ein derartig vielfältiges und breites Unterstützungsprogramm. Damit alle etwas vom Glück haben.

GELD UND RECHT

FINANZEN // ABSICHERUNG // RECHTSFRAGEN



Was kostet gute Pflege und Betreuung? Können wir uns das leisten?

Die Frage, was Pflege und Betreuung kosten, ist gar nicht so leicht zu beantworten. In den meisten Fällen richten sich die Kosten nach den jeweiligen Möglichkeiten. Das heißt, sie sind sozial gestaffelt und/oder werden gefördert.

Mobile Dienste kosten nicht in jeder Region gleich viel, können aber teilweise schon um wenige Euro pro Stunde bezogen werden. Auch die Kosten eines Heims hängen von vielen Faktoren ab. Am besten ist es, Sie lassen sich beraten und die Kosten berechnen, die für Sie in Ihrer aktuellen Situation gelten. Machen Sie sich ein konkretes Bild und entscheiden Sie erst dann.

Zu den Kosten von Hilfsmitteln und Heilbehelfen informiert Sie Ihre Krankenkasse ausführlich. Hier hilft Ihnen auch die Pflegeberatung weiter (siehe Seiten 10 und 11). Die Pflegeberatung unterstützt Sie zudem, wenn es darum geht, Hilfsmittel und Heilbehelfe zu wählen, die für Sie in Ihrer Situation geeignet sind. ■

Wie komme ich zu Pflegegeld? Wie funktionieren Antrag und Begutachtung?

Den Antrag auf Pflegegeld können Sie selbst, Ihre Angehörigen oder ein/e gesetzliche/r Vertreter/in stellen: einfach und formlos bei Ihrer Pensionsversicherung oder mittels Antragsformular. Das Formular können Sie bei Ihrer Pensionsversicherung telefonisch beziehen oder auf der Webseite herunterladen. Füllen Sie das Antragsformular aus und senden Sie es zurück.

In der Folge besucht Sie ein/e Sachverständige/r (Ärztin/Arzt/diplomierte Pflegefachkraft) zu Hause, im Pflegeheim oder notfalls im Krankenhaus. Der Besuch wird Ihnen vorher angekündigt. Die/der Sachverständige untersucht Sie und erkundigt sich über die Hilfe, die Sie benötigen. Die Ergebnisse dieses Besuchs und Ihr Pflegebedarf werden in einem Gutachten beschrieben.

Welche Pflegegeldstufe Ihnen zuerkannt wird, entscheidet der Versicherungsträger bzw. das Gericht.

Auf Wunsch können Sie eine Vertrauensperson (z. B. Pflegeperson) beiziehen, die genaue Angaben zu Ihrer Pflegesituation machen kann. Bei der Begutachtung in stationären Einrichtungen werden Informationen des Pflegepersonals und die Pflegedokumentation berücksichtigt. Letzteres gilt auch bei der Betreuung durch mobile Dienste.



Lassen Sie sich zu Kosten, Pflegegeld und Beihilfen beraten!

Informieren Sie sich unverbindlich unter **0800 800 820** (gebührenfrei aus ganz Österreich),
office@hilfswerk.at
oder
pflgekompass.hilfswerk.at



Zuständige Versicherungsträger:

Pensionsversicherungsanstalt (PVA)

- ASVG-Pensionen (Arbeiter/innen und Angestellte)
- Vollrenten aus der Unfallversicherung (wenn die AUVA für die Gewährung der Vollrente zuständig ist – sonst der jeweilige Unfallversicherungsträger)
- Renten aus der Kriegssopferversorgung, der Heeresentschädigung sowie nach dem Impfschadengesetz
- Mitversicherte Angehörige, Bezieher/innen einer Mindestsicherung

Versicherungsanstalt Öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau (BVAEB)

- Beamtenpensionen
- Pensionen bei Eisenbahnen und Bergbau

Sozialversicherungsanstalt der Selbständigen (SVS)

- GSVG-Pensionen (Gewerbetreibende)
- BSVG-Pensionen (Bauern)

Wer bekommt Pflegegeld? Wovon hängt die Höhe des Pflegegeldes ab?

Anspruch auf Pflegegeld besteht für Personen, die für mindestens 6 Monate einen anerkannten Pflegebedarf haben, der durchschnittlich mehr als 65 Stunden im Monat beträgt. Grund für den Pflegebedarf muss eine körperliche, geistige oder psychische

Behinderung bzw. Einschränkung oder eine Sinnes-behinderung sein. Voraussetzung ist zudem der gewöhnliche Aufenthalt in Österreich (bzw. unter bestimmten Voraussetzungen im EWR-Raum und der Schweiz). Das Pflegegeld ist in 7 Stufen gegliedert. Es wird monatlich ausbezahlt, 12 Mal im Jahr.

Wie eine Person eingestuft wird, hängt von ihrem Pflegebedarf ab. Also davon, wie viel Hilfe sie braucht, um Alltagstätigkeiten wie Körperpflege, An- und Ausziehen, Zubereiten von Mahlzeiten, Waschen, Kochen oder Putzen zu verrichten. ■

Stufe	Pflegebedarf/Monat	Euro
1	mehr als 65 Stunden	165,40
2	mehr als 95 Stunden	305,00
3	mehr als 120 Stunden	475,20
4	mehr als 160 Stunden	712,70
5	mehr als 180 Stunden falls außergewöhnlicher Pflegeaufwand erforderlich	968,10
6	mehr als 180 Stunden + Pflege/Betreuung nicht planbar bzw. ständig notwendig	1.351,80
7	mehr als 180 Stunden + gegebene Bewegungsunfähigkeit	1.776,50

Stand Februar 2022



**Mein Mann ist schwer krank.
Ich bin mit seiner Pflege
ausgelastet. Wie kann ich mich
absichern bzw. versichern?**

Als pflegende Angehörige haben Sie die Möglichkeit zur begünstigten Selbst- oder Weiterversicherung:

- Wenn Ihr Mann mindestens in Pflegegeldstufe 3 eingestuft ist, seine Pflege und Betreuung zu Hause stattfindet, und Ihre Arbeitskraft entsprechend gefordert ist, übernimmt der Bund Ihre Pensionsbeiträge unbefristet.
- Wenn Sie Vorversicherungszeiten haben und aus Ihrem Beruf ausscheiden, weil die Pflege Ihres Mannes nach Ihrer ganzen Arbeitskraft verlangt, kommt die begünstigte Weiterversicherung für Sie in Frage.
- Wenn Sie Ihre Erwerbstätigkeit nur reduzieren wollen, dann ist die begünstigte Selbstversicherung das Richtige für Sie. Sie eignet sich dann, wenn die Betreuung Ihres Mannes Sie zwar erheblich, aber nicht gänzlich beansprucht, oder wenn Sie noch keine Versicherung haben.



Nähere Informationen bekommen Sie von Ihrer Pensionsversicherung.

Meine Mutter ist schwer gestürzt, und ich muss ihre Betreuung neu organisieren. Kann ich Pflegekarenz oder -teilzeit beantragen?

Wenn Ihre Mutter mindestens in Pflegegeldstufe 3 eingestuft ist (bei Demenz ab Stufe 1), können Sie mit Ihrem Arbeitgeber schriftlich eine Pflegekarenz oder Pflegeteilzeit von 1 bis maximal 3 Monaten vereinbaren. Bei der Pflegeteilzeit ist es möglich, die Arbeitszeit auf bis zu 10 Wochenstunden zu reduzieren.

Seit 1.1.2020 besteht ein Rechtsanspruch auf Pflegekarenz/Pflegeteilzeit von bis zu vier Wochen (zunächst zwei Wochen, Verlängerung um zwei Wochen möglich). Das ist dann der Fall, wenn die Voraussetzungen betreffend Pflegegeld erfüllt sind und wenn Sie seit mindestens drei Monaten in einem Betrieb mit mehr als fünf Beschäftigten arbeiten. Während der Karenz haben Sie Anspruch auf Pflegekarenzgeld. Weitere Informationen zu diesem umfangreichen Thema erhalten Sie beim Bürgerinnen- und Bürgerservice des Sozialministeriums unter Tel. 0800 201 611. ■

Ich denke über eine Patientenverfügung nach. Was muss ich beachten?

Bei einer Patientenverfügung handelt es sich um eine schriftliche Willenserklärung. Sie legt fest, dass bestimmte, künftige medizinische Behandlungen nicht vorgenommen werden. Sie tritt in Kraft, wenn Sie beispielsweise aufgrund einer Bewusstlosigkeit oder einer schweren Erkrankung nicht mehr in der Lage sind, Entscheidungen selbst zu treffen.

Eine verbindliche Patientenverfügung erstellen Sie schriftlich bei einem Rechtsanwalt, einem Notar oder im Beisein rechtskundiger Mitarbeiter/innen einer Patientenvertretung. Davor müssen Sie sich umfassend von einer Ärztin/einem Arzt aufklären lassen, diese Aufklärung muss dokumentiert werden. Die Patientenverfügung gilt jeweils für acht Jahre und muss dann wieder bestätigt werden.



Vorsorgevollmacht oder Erwachsenenvertretung. Welche Möglichkeiten gibt es?

Es kommt vor, dass ältere pflegebedürftige Menschen mit psychischen oder vergleichbaren Beeinträchtigungen in ihrer Entscheidungsfähigkeit eingeschränkt sind. Dann werden Rechtsgeschäfte und Angelegenheiten, die sie nicht mehr selbst erledigen können, von anderen Personen übernommen. Kontobehaltungen zum Beispiel, die Organisation von Pflege oder die Zustimmung zu einfachen Behandlungen und Untersuchungen. Seit 2018 sieht das Erwachsenenschutzgesetz vier Möglichkeiten vor, wie Sie eine solche Situation regeln können: die **Vorsorgevollmacht**, die **gewählte**, die **gesetzliche** und die **gerichtliche Erwachsenenvertretung**.

Mit einer **Vorsorgevollmacht** legen Sie im Voraus fest, wer Sie vertritt, wenn Sie Ihre Entscheidungsfähigkeit verlieren sollten.

Die Vollmacht kann sich auf einzelne oder eine ganze Gruppe von

Angelegenheiten (z. B. die Verwaltung Ihres Vermögens) beziehen.

Die **gewählte Erwachsenenvertretung** bezieht sich entweder auf einzelne oder einen ganzen Kreis von Angelegenheiten in bestimmten Bereichen. Sie ermöglicht es Ihnen, eine Vertretung für sich zu wählen, wenn Sie nicht mehr voll handlungsfähig sind. Voraussetzung dafür ist, dass Sie die Tragweite der Bevollmächtigung zum betreffenden Zeitpunkt zumindest in den Grundzügen verstehen. Sie können Angehörige, Freunde, Nachbarn oder andere nahestehende Personen für die Vorsorgevollmacht oder die gewählte Erwachsenenvertretung einsetzen.

Die **gesetzliche Erwachsenenvertretung** betrifft ebenfalls entweder einzelne oder einen ganzen Kreis von Angelegenheiten in bestimmten Bereichen und umfasst zudem Ihre Vertretung vor Gericht. Sie kann nur von nächsten Angehörigen wahrgenommen werden. Zum Beispiel von Ihren Eltern, Großeltern, volljährigen Kindern oder Enkelkindern.



Die Regelung gilt für maximal drei Jahre. Nach Ablauf der Frist wird geprüft, ob diese Form der Vertretung noch angebracht ist.

Bei der vierten Form, der **gerichtlichen Erwachsenenvertretung**, entscheidet ein Gericht, ob und in welchem Umfang eine Person eine Erwachsenenvertretung benötigt. Sie kommt dann zur Anwendung, wenn geeignete Vertreter/innen, wie zum Beispiel nahe Angehörige, fehlen, wenn diese sich nicht einig, oder wenn sehr komplexe rechtliche Angelegenheiten zu erledigen sind.

Diese Form der Vertretung verfällt, wenn die Aufgabe erledigt ist

oder sie ist auf max. drei Jahre befristet. Läuft sie ab, wird im Rahmen eines Erneuerungsverfahrens genau geprüft, ob sie weiterhin notwendig ist.

Für alle hier genannten Varianten gelten bestimmte formelle Voraussetzungen. Zum Beispiel, dass ein Erwachsenenschutzverein, ein Notariat oder eine Anwaltskanzlei beigezogen und die Vertretung ins Österreichische Zentrale Vertretungsregister (ÖZVV) eingetragen wird. Informationen dazu erhalten Sie beim Bürgerservice des Justizministeriums (www.justiz.gv.at) und beim VertretungsNetz (www.vertretungsnetz.at). ■

IHR HILFSWERK

ADRESSEN // KONTAKTE // ÜBERBLICK



IN WIEN

Wiener Hilfswerk

Schottenfeldgasse 29, 1072 Wien

Tel. 01/512 36 61

E-Mail: info@wiener.hilfswerk.at

Hauskrankenpflege • Kinderhauskrankenpflege • Heimhilfe • Besuchsdienst • Notruftelefon • Mobiles Palliativteam (MPT) • Tageszentren für Seniorinnen und Senioren • Seniorenwohngemeinschaften mit mobiler Betreuung • 24-Stunden-Betreuung • Online-Infobereich und geschlossene Facebook-Gruppe für pflegende Angehörige • Haus- und Heimservice • 10 Nachbarschaftszentren (u. a. Gesundheits- u. Sozialberatung, Selbsthilfegruppen) • Freiwilligen-Management • SOMA-Sozialmarkt Neubau und SOMA-Sozialmarkt Penzing • Secondhand und karitative Angebote • Freizeiteinrichtungen für Menschen mit und ohne Behinderung: Spielothek – Treffpunkt für Kinder mit und ohne Behinderung (0–12 J.) und deren Familien, Aktionsraum – Treffpunkt für Jugendliche mit und ohne Behinderung (12–18 J.), Club 21 – Treffpunkt für Erwachsene mit und ohne Behinderung (ab 18 J.), VAKÖ (Verband aller Körperbehinderten Österreichs) mit Club Sonnenstrahl für Menschen mit Behinderung (50plus Generation)

IN NIEDERÖSTERREICH

Hilfswerk Niederösterreich

Ferstlergasse 4, 3100 St. Pölten

Tel. 05 9249 Fax DW 30300

E-Mail: office@noe.hilfswerk.at

Hauskrankenpflege • Heimhilfe • Soziale Alltagsbegleitung • Mobile Pflegeberatung • Hilfe bei Demenz • Mobile Palliativpflege • Mobile Therapie • 24-Stunden- Betreuung • (Mobiles) Notruftelefon • Menüservice • Schlüsselsafe • Betreutes Wohnen • Ehrenamtliche Angebote (u. a. Besuchsdienst, Mobile HILFSWERKstätte) • Familien-, Partner- und Jugendberatung • NÖ Frauentelefon 0800 800 810

IN OBERÖSTERREICH

Oberösterreichisches Hilfswerk

Dametzstraße 6, 4020 Linz

Tel. 0732/77 51 11 Fax DW 200

E-Mail: office@ooe.hilfswerk.at

Hauskrankenpflege • Mobile Betreuung und Hilfe • Begleitung pflegender Angehöriger • Notruftelefon • 24-Stunden Betreuung • Mobile Therapie (Logo/ Ergo/Physio) • Tageszentrum Steyr • Lebenshaus Oberneukirchen • Tageszentrum Hilfswerk Eferding • Haus- und Heimservice • Betreubares Wohnen • Case Management für Bezieherinnen und Bezieher der Sozialhilfe • Mobile Kinderkrankenpflege • Mobile Frühförderung und Familienbegleitung

IM BURGENLAND

Hilfswerk Burgenland

Robert-Graf-Platz 1, 7000 Eisenstadt

Tel. 02682/651 50 Fax DW 10

E-Mail: office@burgenland.hilfswerk.at

Kostenlose Erstberatung • Mobile Hauskrankenpflege • Heimhilfen • Mehrstundenbetreuung • Seniorenpensionen in Purbach, Eisenstadt, Draßmarkt, Lockenhaus, Güttenbach und Limbach • Senioren-Tagesbetreuung • Kurzzeit- und Urlaubspflege • Notruftelefon • Kunden- und Angehörigenberatung • Informationsveranstaltungen für pflegende Angehörige • Wund- und Schmerzmanagement

IN DER STEIERMARK

Hilfswerk Steiermark

Paula-Wallisch-Straße 9, 8055 Graz

Tel. 0316/81 31 81-0 Fax DW 4098

E-Mail: office@hilfswerk-steiermark.at

Mobile Dienste mit Hauskrankenpflege, Pflegeassistenten, Heimhilfe und Alltagsbegleitung ▪ 24-Stunden-Betreuung ▪ Notruftelefon ▪ Mobile Palliativbetreuung ▪ Betreutes Wohnen für Seniorinnen und Senioren ▪ Tagesbetreuung für Seniorinnen und Senioren ▪ SOPHA sozialpsychiatrische Hilfe im Alter; in der Südoststeiermark ▪ MoKidi Mobiler Kinderkrankenpflegedienst

IN SALZBURG

Hilfswerk Salzburg

Wissenspark Urstein Süd 19/1/1, 5412 Puch bei Hallein

0662/43 47 02-0 Fax DW 9022

E-Mail: office@salzburger.hilfswerk.at

Hauskrankenpflege ▪ Heimhilfe ▪ Betreutes Wohnen ▪ Seniorenheime und Hausgemeinschaften ▪ Senioren-Tageszentren ▪ Essen auf Rädern ▪ 24-Stunden-Betreuung ▪ Kurz- und Langzeitpflege ▪ Angehörigen Entlastungsdienste ▪ Unterstützung und Trainings für pflegende Angehörige ▪ Vermittlung von Pflegehilfsmitteln ▪ Notruftelefon ▪ Schlüsselsafe ▪ Beratung zur Erwachsenenvertretung ▪ Sozialberatung vor Ort in den Hilfswerk Regionalstellen ▪ Nachbarschafts.Treffs ▪ Freiwilligen-Management

IN KÄRNTEN

Hilfswerk Kärnten

Waidmannsdorfer Straße 191, 9020 Klagenfurt am Wörthersee

Tel. 05 0544-00 Fax DW 5099

E-Mail: office@hilfswerk.co.at

Pflege und Betreuung zu Hause ▪ Unterstützung im Haushalt ▪ Besorgungs- und Beschaffungsdienst ▪ Menüservice/Essen auf Rädern ▪ Notruftelefon ▪ Mobiles Sanitätshaus ▪ 24-Stunden-Betreuung ▪ Betreubares Wohnen ▪ Pflege- und Pflegegeldberatung ▪ Demenzberatung ▪ Angehörigenberatung ▪ Psychotherapie ▪ mobile psychosoziale Dienste ▪ Behindertentagesstätte ▪ Angebote für Menschen mit Behinderung ▪ Sozialservice und Freiwilligenarbeit ▪ Generationentreff

24-STUNDEN-BETREUUNG

Hilfswerk Personal-

dienstleistungs-GmbH

**Schönbrunner Straße 297–307,
1120 Wien**

Tel. 01/522 48 47 Fax DW 25

E-Mail: 24stunden@hilfswerk.at

BUNDESGESCHÄFTSSTELLE

Hilfswerk Österreich

Grünbergstraße 15/2/5, 1120 Wien

Tel. 01/40 57 500 Fax DW 60

E-Mail: office@hilfswerk.at



Das Hilfswerk bietet eine Vielzahl an Dienstleistungen rund um die Themen **Kinderbetreuung** und **Lernen, Jugend und Familie** sowie **Beratung, Soziales und Krisen**. Erkundigen Sie sich in Ihrem Bundesland, rufen Sie uns gebührenfrei aus ganz Österreich unter **0800 800 820** an oder besuchen Sie uns einfach auf **www.hilfswerk.at**

SERVICE UND INFORMATION

ANLAUFSTELLEN // ADRESSEN // KONTAKTE



Hilfswerk Ratgeber

Als Orientierungshilfe für ältere Menschen sowie pflegende Angehörige bietet das Hilfswerk eine Fülle von kostenlosen Ratgebern mit praktischen Tipps für den Alltag, Anlaufstellen und zahlreichen Informationen rund um Themen wie Älterwerden, Leben mit chronischen Schmerzen, Vergesslichkeit und – neu seit Mai 2021 – zum Thema Inkontinenz.

Bestellen Sie die Ratgeber kostenlos unter **0800 800 820** oder unter **office@hilfswerk.at**

TIPP:

Den Pflegekompass und weitere praktische Hilfswerk Ratgeber finden Sie – inklusive weiterführender und vertiefender Informationen – auch auf unserer Website **www.hilfswerk.at**

www.oesterreich.gv.at

Amtshelfer rund um Rechtliches und Organisatorisches insbes. zu Pension, Mindestsicherung, Vorsorgevollmacht, Erwachsenenvertretung, Alten- und Pflegeheimen, Pflege- und Betreuungsdiensten, Testament

BürgerInnenservice des Sozialministeriums

Tel. 0800 201 611

www.sozialministerium.at

Pflegegeld, Förderungen, begünstigte Pensionsversicherung für pflegende Angehörige, Betreuungsmöglichkeiten, Pflegekarenz, Pflegezeit, Familienhospizkarenz

Sozialministerium Servicestellen www.sozialministeriumservice.at

Information und Service u. a. zur finanziellen Unterstützung beim Ankauf von Hilfsmitteln. Regionale Anlaufstellen in den Bundesländern. Erstberatung zu den Leistungen des Sozialministeriumservice sowie Antragstellung.



HILFSWERK HOTLINES

Hilfswerk Servicehotline **0800 800 820**

Information und Beratung rund um Pflege und Betreuung, Pflegegeld und Organisatorisches, Service und Broschüren

Hilfswerk Notruftelefon **0800 800 408**

Informationen zum Notruftelefon und zu Produkten für Sicherheit und Komfort zu Hause

Hilfswerk Servicehotline **24-Stunden-Betreuung** **0810 820 024**

Informationen zur 24-Stunden-Betreuung sowie Urlaubs- und Kurzzeitpflege

Hilfswerk Hotline für **pflegende Angehörige** **0800 640 660**

Entlastung und Orientierung für pflegende Angehörige

ANLAUFSTELLEN IN IHREM BUNDESLAND

**Information und Service rund um Gesundheit und Soziales,
Pflege und Betreuung, finanzielle Unterstützung und Förderungen,
Anlaufstellen in Ihrer Region u. v. m.**

WIEN

Fonds Soziales Wien
Guglgasse 7-9, 1030 Wien
FSW-KundInnentelefon 01/24 5 24, Fax 05 05 379-8910099
kontakt@fsw.at, www.fsw.at

NIEDERÖSTERREICH

Pflege-Hotline des Landes Niederösterreich
Tel. 02742/9005-9095, Fax -12785
post.pflegehotline@noel.gv.at, www.noel.gv.at

OBERÖSTERREICH

Amt der OÖ Landesregierung
Direktion Gesellschaft, Soziales und Gesundheit
Bahnhofplatz 1, 4021 Linz
Tel. 0732/7720-142 01, Fax -214355
sgd.post@ooe.gv.at
www.land-oberoesterreich.gv.at

BURGENLAND

Pflegehotline des Landes Burgenland
Tel. 057-600-1000
post.a6@bgld.gv.at, www.burgenland.at

STEIERMARK

Amt der Steiermärkischen Landesregierung
Fachabteilung Gesundheit und Pflegemanagement
Friedrichgasse 9, 8010 Graz
Tel. 0316/877-2502, Fax -3998
abteilung8@stmk.gv.at, www.gesundheit.steiermark.at

SALZBURG

Pflegeberatung des Landes Salzburg
www.gesundheitsalzburg.at
Stadt Salzburg/Flachgau/Tennengau:
Salzburg, Fanny-von-Lehnert-Straße 1
Tel. 0662/80 42-35 33, Fax -38 83
Lungau: Lungau, Tamsweg, Kapuzinerplatz 1
Tel. 0662/80 42-36 96, Fax -36 97
Pongau: St. Johann, Hans-Kappeler-Straße 14a
Tel. 0662/80 42-36 96, Fax -36 97
Pinzgau: Zell am See, Schillerstraße 8a
Tel. 0662/80 42-30 33, Fax -30 34

KÄRNTEN

Pflegetelefon Kärnten
Tel. 0720/788999
abt5.post@ktn.gv.at

TIROL

Amt der Tiroler Landesregierung, Abteilung Soziales
Eduard-Wallnöfer-Platz 3, 6020 Innsbruck
Tel. 0512/508 2592, Fax -742595
soziales@tirol.gv.at, www.tirol.gv.at

VORARLBERG

Amt der Vorarlberger Landesregierung
Soziales und Integration
Landhaus, Römerstraße 15, 6900 Bregenz
Tel. 05574/511 24105, Fax -924195
soziales-integration@vorarlberg.at, www.vorarlberg.at

Vermehrt Schönes!

Wir unterstützen auch das Hilfswerk Österreich.