

ANHANG ZUM HANDBUCH „FIT FÜR DIE ALLTAGSBEGLEITUNG“

Kognitive Einschränkungen	1
Begleitung in der letzten Lebensphase	2
Menschen mit Demenz begleiten	3
Psychische und emotionale Beeinträchtigungen	5
Sexualität im Alter	7
Sinnesbeeinträchtigungen.....	8
Sucht im Alter	10
Suizidalität	11
Praktische Hilfe im Haushalt und Ernährung.....	12
Ernährung im Alter und bei Pflegebedürftigkeit	13
Alltagsbegleitung als gewerbliches Unternehmen.....	15
Wie schreibe ich eine Rechnung?.....	17
Wie bekomme ich meine ersten Klient:innen? Wie kann ich mein Angebot bewerben?	19

KOGNITIVE EINSCHRÄNKUNGEN

Das Wort Kognition stammt vom lateinischen „cognoscere“ und bedeutet so viel wie erkennen oder erfahren. Man könnte sagen, dass Kognition das geistige Erkennen meint. Die kognitiven (geistigen) Fähigkeiten eines Menschen beschreiben die Fähigkeit, Signale aus der Umwelt wahrzunehmen, diese weiterzuverarbeiten und zu speichern. Dies ermöglicht es, Situationen zu bewerten und angemessen zu reagieren.

Zur Kognition gehören unter anderem folgende Fähigkeiten:

- das Gedächtnis
- das Erkennen der Umwelt
- das Wissen über die Zeit
- das Wissen über den Ort
- sprechen können
- sich orientieren können
- Verständnis
- Einsicht

Beeinträchtigungen dieser Fähigkeiten werden unter dem Begriff kognitive Störungen zusammengefasst. Typische Beschwerden sind hierbei z. B. zunehmende Vergesslichkeit, herabgesetzte Aufmerksamkeit, Konzentrations- und Orientierungsprobleme oder Gedächtnisverlust. Kognitive Störungen können verschiedene Gründe haben. Sie können zum Beispiel nach einer Operation, im Rahmen einer Erkrankung wie Multiple Sklerose oder in Folge eines allgemeinen

Abbaus im hohen Lebensalter auftreten. Den Demenzerkrankungen kommt hier jedoch aufgrund ihrer Häufigkeit und den besonderen Anforderungen eine besondere Rolle zu.

Hören Sie hier, wie an Multiple Sklerose erkrankte Menschen kognitive Einschränkungen erleben und damit umgehen.

[Kognition & MS - Welche Rolle spielen kognitive Einschränkungen im Leben? | Perspektivwechsel #22](#)

BEGLEITUNG IN DER LETZTEN LEBENS- PHASE

Die letzte Lebensphase eines Menschen ist geprägt von emotionalen, körperlichen und sozialen Herausforderungen. Für Alltagsbegleiter:innen stellt diese Zeit eine besonders sensible Aufgabe dar, die Einfühlungsvermögen, Respekt und Wissen erfordert.

Verständnis für die Situation

Menschen am Lebensende erleben oft Ängste, Schmerzen, Einsamkeit oder das Bedürfnis nach Sinn und Rückblick. Alltagsbegleiter:innen sollten sich bewusst sein, dass jede Person ihren eigenen Weg des Abschiednehmens hat. Offenheit für Gespräche, auch über Tod und Sterben, ist wichtig.

Wertschätzende Kommunikation

Einfühlsame Gespräche, aktives Zuhören und das Ernstnehmen von Gefühlen sind zentrale Elemente. Auch nonverbale Kommunikation – etwa durch Berührung oder Blickkontakt – kann Trost spenden.

Unterstützung im Alltag

Alltagsbegleiter:innen helfen bei kleinen Dingen, die große Bedeutung haben: Begleitung zu Terminen, Hilfe beim Essen, Vorlesen, Spaziergänge oder einfach da sein. Diese Tätigkeiten fördern Lebensqualität und Würde.

Zusammenarbeit mit Pflege und Angehörigen

Eine gute Abstimmung mit Pflegepersonal, Ärzt:innen und Angehörigen ist essenziell. Alltagsbegleiter:innen sind oft Bindeglied zwischen den Beteiligten und können wichtige Beobachtungen weitergeben.

Spiritualität und Rituale

Viele Menschen wünschen sich spirituelle Begleitung – unabhängig von Religion. Rituale, Musik, Gebete oder einfach stille Momente können helfen, Frieden zu finden.

Selbstfürsorge

Die Begleitung Sterbender kann emotional belastend sein. Alltagsbegleiter:innen sollten auf ihre eigenen Grenzen achten, sich austauschen und Unterstützung suchen, z. B. durch Supervision oder Gespräche im Team.

Hilfe und Unterstützung

Die Begleitung in der letzten Lebensphase ist eine zutiefst menschliche Aufgabe. Alltagsbegleiter:innen tragen dazu bei, dass Menschen in Würde und Geborgenheit Abschied nehmen können. Mit Herz, Achtsamkeit und Wissen leisten sie einen wertvollen Beitrag. Aber auch für diese schwierige Lebensphase gibt es Unterstützungsangebote, sowohl für den Betroffenen als auch für das familiäre und soziale Umfeld. So gibt es in vielen Städten und Kreisen Palliativnetzwerke zur medizinischen Versorgung und Hospizvereine zur Unterstützung der Betroffenen und Angehörigen.

Informieren Sie sich weiter!

Das Magazin *Letzte Wege – Wenn das Leben Abschied* nimmt bietet Geschichten zum Sterben und begleiten, Gesichter von engagierten Menschen und Gedanken über das, was am Ende wichtig ist. Das Magazin regt dazu an, sich mit dem Sterben auseinanderzusetzen und darüber zu reden.

Link zum Magazin: <https://t1p.de/fqz8o>

MENSCHEN MIT DEMENZ BEGLEITEN

Was ist eine Demenz?

„Demenz“ ist der Oberbegriff für viele verschiedene Erkrankungen, bei denen geistige Fähigkeiten wie Denken und Erinnern eingeschränkt sind. Das Wort „Demenz“ stammt aus dem Lateinischen und meint „ohne Geist“. In dieser Bezeichnung kommt allerdings eine negative Grundhaltung gegenüber den betroffenen Menschen zum Ausdruck, die ihnen nicht gerecht wird.

Die Hauptmerkmale einer Demenz sind starke Vergesslichkeit, Orientierungsstörungen und Sprachstörungen. Hier sind einige Beispiele:

Verstärkte Vergesslichkeit

- Was wollte ich gerade tun?
- Wie funktioniert die Waschmaschine?
- Wo sind meine Schlüssel?

Orientierungsstörungen

- Wie komme ich denn jetzt nach Hause?
- Welche Jahreszeit ist eigentlich gerade?

Sprachstörungen

- Wie heißt das denn nochmal?
- Worüber haben wir eben gesprochen?
- Was meint er denn mit: „Es regnet Bindfäden“?

Probleme bei alltäglichen Aufgaben

- Macht der Kassenbon für euch auch keinen Sinn?
- Warum kommt mir alles plötzlich so viel vor?
- Können wir heute nicht einfach zu Hause bleiben?
- Diesen Kuchen habe ich doch schon so oft gebacken! Wieso gelingt es mir nicht mehr?

In vielen Fällen treten neben diesen Schwierigkeiten noch weitere Zeichen auf, wie etwa körperliche Unruhe, Unsicherheit, Interessenlosigkeit und fehlende Organisation von Körperpflege und Kleidung. Später können auch seeli-

sche Veränderungen wie Gefühlsstörungen oder Wahnvorstellungen hinzukommen. Auch Inkontinenz kann später auftreten. Abhängig von der speziellen Demenzerkrankung können Persönlichkeitsveränderungen im Vordergrund stehen.

Wie geht es Menschen mit Demenz? Wie soll ich mit ihnen umgehen?

Menschen mit Demenz haben ein Bewusstsein und ein Empfinden für ihre Umwelt und das, was mit ihnen geschieht. Oft nehmen sie Reaktionen und Irritationen auf ihr Verhalten sehr sensibel wahr.

Ist der Krankheitsverlauf in einer Demenz auch sehr von Verlusten geprägt, so bleibt dennoch vieles erhalten, was den Umgang mit Menschen mit Demenz erleichtert.

Schon gewusst?

Umfassende Informationen zum Krankheitsbild der Demenz erhalten Sie in unserer Broschüre „Demenz, die große Unbekannte“

Link zur Broschüre:

<https://t1p.de/o1gtd>

Gefühle...

- sind direkter Ausdruck der momentanen Befindlichkeit als Reaktion auf Personen und Umwelterfahrungen
- sind oft mit inneren Erlebenswelten verknüpft
- sind manchmal der einzig verlässliche Kompass
- werden spontan und pur vermittelt.

Wenn ein Gefühl nicht wahrgenommen und bestätigt wird, sondern vielleicht sogar beschwichtigt wird, wird es stärker, zum Beispiel bei Trauer oder Wut. Wird es wahrgenommen und bestätigt, kann es sich auflösen, kann es ausfließen („Der Wind wird aus den Segeln genommen“). Angenehme Gefühle und Antriebe werden lebendiger.

„Das Gegenüber fühlt wie ich. Mein Gegenüber spricht aus, was ich empfinde. Ich erkenne mich wieder. Mein Gegenüber ist mir vertraut. Ich verknüpfe diesen Menschen mit einer ‚gefühlsmäßigen Erinnerung‘“.

Bedürfnisse

Menschen mit Demenz haben dieselben Bedürfnisse wie alle Menschen. Manchmal können sie diese jedoch weder äußern noch selber befriedigen. Dann sind wir gefordert, diese zu erkennen und zu befriedigen. Es sind Bedürfnisse wie...

- als Person akzeptiert und wertgeschätzt zu werden
- sozial eingebunden zu sein
- zu verstehen und verstanden zu werden
- in der vertrauten Umgebung bleiben zu können
- selbstständig handeln zu können
- sich bewegen zu dürfen
- Hunger und Durst stillen zu können
- nicht in Angst und Unsicherheit leben zu müssen
- Teil einer Gemeinschaft zu sein

Sinnesempfindungen...

dienen als Brücke zum Menschen. Durch Spüren, Sehen, Hören, Riechen und Schmecken finden Menschen (mit und ohne Demenz) einen Zugang zur Welt. Je mehr kognitive Fähigkeiten nachlassen, desto stärker sind Betroffene auf ihre Sinne angewiesen, um sich in der Welt zu rechtzufinden.

Erinnerungen sind häufig an Sinneseindrücke gekoppelt: Die warme Sonne auf der Haut, der Duft von Lavendel, der kühle Roséwein auf den Lippen – das weckt Erinnerungen an den Urlaub in der Provence!

Schon gewusst?

Sie möchten wissen, wie Menschen mit Demenz sich fühlen und wie sie die Welt wahrnehmen?

Hier können Sie einige Erfahrungsberichte lesen.

<https://t1p.de/wktns>

Hier können Sie sehen, wie eine Familie mit der Demenz eines Angehörigen umgeht.

<https://t1p.de/fx5uw>

PSYCHISCHE UND EMOTIONALE BEEINTRÄCHTIGUNGEN

Alle Menschen sind manchmal traurig. Das ist ganz normal. Genauso haben alle Menschen manchmal Angst. Auch das ist ganz normal und sogar hilfreich, weil es vor gefährlichen Situationen schützt.

Es kann jedoch auch vorkommen, dass Menschen dauerhaft und ohne erkennbaren Grund Angst verspüren oder niedergeschlagen sind. Dann kann eine seelische Erkrankung vorliegen. Genauso wie der Körper krank werden kann, kann auch die Seele krank werden. Man bezeichnet das auch als psychische Erkrankung oder psychische Beeinträchtigung.

Das Wort Psyche stammt aus dem Griechischen. Es bezeichnet die Gefühle eines Menschen und wie er diese auslebt. Menschen, die an einer psychischen Erkrankung leiden, legen manchmal ein Verhalten an den Tag, das auf andere seltsam wirkt. Ihre Emotionen scheinen nicht der Situation angemessen. Wer eine psychische Störung hat, kann im Alltag nicht mehr alles machen, wozu er*sie sonst fähig ist oder es bereitet ihm*ihr keinen Spaß mehr.

Welche Symptome können Ihnen in der Alltagsbegleitung begegnen?

Passivität, Lustlosigkeit und Antriebslosigkeit

Menschen sind nicht grundlos untätig. Vielmehr gibt es verschiedene Ursachen, warum sie ihre Eigenaktivität nicht entwickeln wollen oder können. Menschen können Hilflosigkeit auch erlernen. Zum Beispiel, wenn sie immer wieder die Erfahrung machen, durch eigenes Handeln die Situation kaum oder auch gar nicht beeinflussen zu können. Dadurch trauen sich diese Menschen nichts mehr zu. Sie ziehen sich zurück und geben jede Hoffnung auf Veränderung durch eigenes aktives Handeln auf. Das Gefühl etwas mit seinem eigenen Handeln verändern und bewirken zu können, nennt man Selbstwirksamkeit.

Das Selbstwirksamkeitsgefühl besagt, dass man die persönliche Überzeugung besitzt, bestimmte Fähigkeiten zu besitzen, um Ziele zu erreichen. Zu diesem Gefühl kommen Menschen durch:

- direkte positive Erfahrung („Ja, das kann ich!“),
- Beobachtungen („Was der kann, kann ich doch bestimmt auch!“)
- Ermutigung („Ich kann das, die anderen trauen mir das zu.“)
- Körperliches Befinden („Ich fühle mich der Aufgabe körperlich gewachsen. Ich habe die Energie, das zu tun.“)

Was kann ich in der Alltagsbegleitung tun?

Beziehen Sie die Person aktiv in Unternehmungen, Erledigungen und Aktivitäten ein. Es kann hilfreich sein, gemeinsam mit dem Betroffenen kleine Tages- oder Wochenziele festzulegen und ihm konkrete, bewältigbare Aufgaben zu übergeben.

Machen Sie den Menschen auf seine/ihre vorhandenen Ressourcen aufmerksam. Alles was einem Menschen langfristig gut tut, kann helfen, ihn/sie zu stabilisieren und die Belastbarkeit zu verbessern. Ressourcen sind umso besser verfügbar, je häufiger sie eingeübt werden.

Passivität kann in diesem Zusammenhang auch eine Strategie des Selbstschutzes sein. Dies kann bei Menschen der Fall sein, die in ihrem Leben sehr viele Misserfolge erlebt haben. Jeder Misserfolg destabilisiert das Selbstwertgefühl. Hier kann Passivität eine sinnvolle Bewältigungsstrategie sein, um sich vor einem weiteren Selbstwertverlust zu schützen. Insbesondere Krankheiten wie Demenz oder körperliche Einschränkungen können eine Gefahr für den Selbstwert und die Selbstwirksamkeit eines Menschen darstellen. Kranken Menschen wird oftmals viel abgenommen. Dies ist in akuten Krankheitsphasen und Krisen auch sehr sinnvoll. Manchmal wird diese Hilfe durch die Personen im Umfeld aber auch auf gesunde Phasen ausgedehnt, sodass die erkrankten Menschen sich daran gewöhnen, dass Dinge für sie übernommen werden. Hierdurch sinkt aber

ihre Eigenaktivität und das Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten. Menschen sind „Gewohnheitstiere“. Sie behalten gerne bekannte Verhaltensweisen bei, da sie ihnen vertraut sind.

Das gilt sogar dann, wenn die Verhaltensweisen selbstschädigend sind. Dabei spielen Angst vor Veränderung und vor dem Ungewohnten eine große Rolle.

SEXUALITÄT IM ALTER

Sexualität ist mehr als nur körperliche Nähe. Sie umfasst Zärtlichkeit, Nähe und Berührung und drückt damit eine emotionale Verbundenheit aus. Auch im Alter ist sie ein Zeichen für Selbstwahrnehmung und Lebensfreude.

Im Alter bleibt das Bedürfnis nach Nähe und Intimität bestehen – unabhängig von körperlichen Veränderungen oder Pflegebedürftigkeit. Mit zunehmendem Alter können sich körperliche und emotionale Aspekte der Sexualität verändern. Hormonelle Veränderungen, Krankheiten und Medikamente können das sexuelle Empfinden beeinflussen. Mobilitätseinschränkungen oder Pflegebedürftigkeit können Hemmungen auslösen.

Es ist wichtig, sich deutlich zu machen, dass diese vielfältigen Veränderungen nicht das Bedürfnis verdrängen und damit das Ende von Sexualität bedeuten, viel mehr werden vielleicht angepasste und neue Formen der intimen Verbundenheit von zentraler Bedeutung. Dabei ist Sexualität weitaus mehr als Geschlechtsverkehr. Sexualität äußert sich oft einhergehend mit dem Wunsch nach Nähe, Zärtlichkeit, Zuwendungen, Intimitäten, Berührungen und Lustempfinden. Ein respektvoller Umgang mit dem Thema stärkt das Vertrauen und die Lebensqualität älterer Menschen.

Häufig kommt es aber bei dem Thema zu Fragen und Missverständnissen wie z.B.: „Ist Sexualität im Alter noch normal?“ und „Darf ich darüber sprechen?“ Ja, denn sie ist ein natürlicher Teil des Lebens, und wenn es gewünscht wird, ist ein offenes respektvolles Gespräch mit dem Betroffenen, aber auch mit Partnern und Angehörigen ein Weg, das Thema zu enttabuisieren.

Als Alltagsbegleiterin können Sie diesbezüglich eine wichtige Rolle spielen indem sie offen und wertfrei zuhören, die Privatsphäre respektieren, sensibel mit dem Thema umgehen, Grenzen wahren und professionell bleiben.

SEXUALITÄT UND DEMENZ

Menschen mit Demenz können auch weiterhin sexuelle Bedürfnisse und Interessen haben und ein Recht darauf haben, diese auch auszudrücken und zu genießen, solange es sicher und einvernehmlich geschieht. Sexuelle Aktivität ist für Menschen mit Demenz nicht immer eindeutig. Zum Beispiel können sie aufgrund Ihrer kognitiven Einschränkungen Schwierigkeiten haben, angemessene Entscheidungen zu treffen oder zu verstehen, was Einvernehmlichkeit bedeutet. Manche Menschen mit Demenz können Schwierigkeiten haben, zwischen angemessenen und unangemessenen Verhalten zu unterscheiden oder ihre Handlungen sozial angemessen zu kontrollieren.

Aber auch hier gilt: Ein respektvoller, einfühlsamer und aufmerksamer Umgang kann dazu beitragen, dass Menschen mit Demenz sich respektiert, geschätzt und unterstützt fühlen.

Informieren Sie sich weiter!

[Sexualität im Alter: Wie sieht sie aus?](#)

[Sexualität trotz\(t\) Alter - ein Talk der Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz in NRW](#)

[Sexualität im Alter – Das Begehren bleibt - SWR Kultur](#)

[Der Demenz-Podcast von medhochzwei und der Deutschen Alzheimer Gesellschaft](#)

SINNESBEEINTRÄCHTIGUNGEN

Menschen nehmen ihre Umwelt über ihre Sinne wahr. Sie erleben die Welt, indem sie sie schmecken, riechen, sehen, hören und ertasten. Die Sinneswahrnehmung stellt somit die Grundlage menschlichen Handelns dar. Sie ermöglicht aber auch Teilhabe an der Welt und Kommunikation mit anderen. Sinne erfreuen die Menschen, z.B. wenn sie etwas Angenehmes riechen oder schmecken. Sinneswahrnehmungen können Gefühle auslösen von Liebe und Geborgenheit auslösen, z.B. wenn man von jemandem gestreichelt wird. Nicht ohne Grund spricht man von „Sinnesfreuden“ oder „Sinnlichkeit“.

Informieren Sie sich weiter!

Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e.V. <https://www.dbsv.org/>

Blinden- und Sehbehindertenverein Westfalen <https://short-url.org/1d5mU>

Kompetenzzentrum für Hörschädigung im Alter <https://short-url.org/1hPfs>

Doch die menschlichen Sinne stellen nicht nur die Verbindung zur unmittelbaren Umwelt dar. Sie können auch ein Fenster zur eigenen Vergangenheit bilden. Ob der Duft der Leibspeise aus Kindheitstagen oder das Rasierwasser, das die Erinnerung an den Vater weckt: Manche Gerüche können Erinnerungen an lange zurückliegende Erlebnisse wecken. Plötzlich fühlt man sich durch Gerüche in längst vergangene und schon vergessen geglaubte Zeiten zurückversetzt.

Fast schon symbolisch zeigt sich bei Erkrankungen, die das Erinnerungsvermögen beeinflussen, wie zum Beispiel Alzheimer, auch der Verlust des Geruchssinnes als eines der ersten Symptome. Doch auch andere Erkrankungen und Veränderungen durch das Alter haben Einfluss auf die Sinne und die Sinneswahrnehmung. Dies hat Auswirkungen auf das Handeln, die Selbstbestimmtheit und die Alltagsgestaltung einer Person.

Im Alter und bei Pflegebedürftigkeit verändert sich unsere Fähigkeit, Reize wahrzunehmen.

Dies liegt zum einen an körperlichen Veränderungsprozessen und zum anderen an den Lebensumständen und der Lebensumwelt. Im Alter und bei Pflegebedürftigkeit verändert sich der Lebens- und Bewegungsradius. Wenn die Mobilität eingeschränkt ist, fällt es Menschen schwerer, das Haus zu verlassen und neuen Reizen ausgesetzt zu sein. Insbesondere bei bettlägerigen Menschen beschränkt sich der erlebte Raum auf ein Zimmer.

Informieren Sie sich weiter!

Hören Sie hier im Podcast „Echt behindert“, wie es blinden Menschen im Alltag ergeht. Lydia Zoubek, eine blinde Mutter mit arabischen Wurzeln sowie Heiko Kunert, der Geschäftsführer des Blinden- und Sehbehindertenvereins Hamburg, erzählen von ihren Erfahrungen. (28:21 Minuten) [Wie geht eigentlich blind sein? – DW – 29.04.2021](#)

Unterschiedlichen Reizen ausgesetzt zu sein, bedeutet aber auch, Zeit zu erleben. Wir wissen nicht nur aus dem Kalender, welche Jahreszeit es ist. Wir sehen die wechselnden Farben der Blätter, spüren den Wind oder die Sonne auf unserer Haut, riechen Blumen oder auch frischen Schnee.

Im Folgenden sind mögliche Veränderungen der Sinne und ihre möglichen Auswirkungen im Alltag zusammengefasst.

Sinne	Mögliche Veränderungen	Mögliche Auswirkungen
Sehen	<ul style="list-style-type: none"> Abnahme der Sehschärfe 	<ul style="list-style-type: none"> Kontraste werden schlechter gesehen, was zu Stürzen führen kann.
	<ul style="list-style-type: none"> Geringere Lichtempfindlichkeit 	<ul style="list-style-type: none"> Schlecht ausgeleuchtete Räume werden gemieden.
	<ul style="list-style-type: none"> Schlechtere Farbwahrnehmung 	<ul style="list-style-type: none"> Gegenstände mit geringen farblichen Kontrasten können schlechter erkannt werden, wie zum Beispiel eine weiße Kaffeetasse auf einer weißen Tischdecke.
	<ul style="list-style-type: none"> Einengung des Gesichtsfeldes 	<ul style="list-style-type: none"> Gegenstände am Rande des Gesichtsfeldes werden schlechter erkannt. Zum Beispiel wird eine Kaffeetasse besser erkannt, wenn sie oberhalb des Tellers und nicht neben dem Teller steht.
	<ul style="list-style-type: none"> Veränderung der Nahsicht Abnahme der Fähigkeit, hell und dunkel anzupassen 	<ul style="list-style-type: none"> Unsicherheit in der Dämmerung oder bei schlechter Beleuchtung.
Hören	<ul style="list-style-type: none"> Hohe Töne werden schlechter wahrgenommen 	<ul style="list-style-type: none"> Es benötigt viel Konzentration, um einem Gespräch zu folgen, weshalb viele ältere Menschen schneller ermüden.
	<ul style="list-style-type: none"> bei Schwerhörigkeit werden auch tiefe und mittlere Frequenzen schlechter wahrgenommen vermindertes Sprachverstehen 	<ul style="list-style-type: none"> Es droht soziale Isolation, wenn die Kommunikationsfähigkeit eingeschränkt ist.
	<ul style="list-style-type: none"> Störanfälligkeit für Nebengeräusche 	<ul style="list-style-type: none"> Gesprächen mit mehreren Gesprächspartnern kann schlecht gefolgt werden. Hintergrundgeräusche wie ein Fernseher oder Straßenlärm verringern die Fähigkeit, einem Gespräch zu folgen.
Riechen	<ul style="list-style-type: none"> Gerüche werden weniger stark wahrgenommen (über 50 % der über 80jährigen sind geruchsblind) Störungen des Geruchssinns treten häufig bei Demenz- und Parkinsonerkrankungen auf 	<ul style="list-style-type: none"> Essen und Trinken bereiten weniger Freude, weil auch der Geruch entscheidend für die Wahrnehmung von Speisen ist. Die Gefahr von Lebensmittelvergiftungen steigt, weil die Menschen nicht riechen können, ob etwas verdorben ist. Es entstehen Unsicherheiten und Meinungsverschiedenheiten in sozialen Beziehungen, wenn die Menschen ihren eigenen Körpergeruch nicht mehr wahrnehmen können.
Fühlen	<ul style="list-style-type: none"> Verminderung des Tastsinns Nachlassen der Hautsensibilität 	<ul style="list-style-type: none"> Knöpfe, Reißverschlüsse, Schnürsenkel und anderes können nur mühsam geöffnet werden.
	<ul style="list-style-type: none"> Veränderte Schmerzwarnung 	<ul style="list-style-type: none"> Verletzungen der Haut werden nicht wahrgenommen, auf der anderen Seite kommt es öfter zu Verletzungen der Haut.
	<ul style="list-style-type: none"> Temperaturempfindlichkeit bzw. Temperaturunempfindlichkeit bei Demenz 	<ul style="list-style-type: none"> An Demenz erkrankte Menschen kleiden sich häufig der Außentemperatur unangemessen.

SUCHT IM ALTER

Suchterkrankungen können sich vielfältig äußern und lassen sich oft auch schwer von anderen Symptomen anderer Erkrankungen unterscheiden. Dabei ist das Spektrum möglicher Suchterkrankungen groß: Medikamentenmissbrauch, Alkohol-, Nikotin- oder Cannabisabhängigkeit sind nur wenige Beispiele einer physischen Abhängigkeit, die nicht selten zu psychischen Veränderungen und/oder körperlichen Symptomen führt und körperliche Schäden verursacht.

Als Alltagsbegleiter:in ist es oft schwierig, zum einen die Anzeichen einer Suchterkrankung wahrzunehmen, zum anderen mit dem Betroffenen das Gespräch darüber zu suchen. Oft wird das von der betroffenen Person als übergriffig und Eingriff in die Privatsphäre verstanden. Es sollte bei solch einem Gespräch also nicht um Belehrungen gehen oder darum mit dem erhobenen Zeigefinger das Verhalten der Person zu rügen, sondern einfühlsam und situationsgerecht für das Thema zu sensibilisieren. Oft gibt dies den Betroffenen bereits Anstöße zum Nachdenken, das eigene Verhalten zu hinterfragen.

Betroffene sind in der Regel bemüht, ihre Abhängigkeit zu verbergen oder zu verharmlosen. Sollten Sie Anzeichen einer Suchterkrankung wahrnehmen, klären Sie den Betroffenen und die Angehörigen über mögliche Beratungs- und Hilfsangebote auf. Beachten Sie, dass Suchterkrankungen ähnliche Symptome aufweisen können wie andere Erkrankungen: Sie können zu Depressionen, Antriebs- und Interessenlosigkeit führen, Stimmungsschwankungen hervorrufen und körperliche Beschwerden auslösen.

Die Informationen für die Praxis [Suchterkrankungen im höheren Alter](#), herausgegeben von der Fach- und Koordinierungsstelle der Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz bieten einen guten Leitfaden zum Erkennen, Umgang und Angeboten für Menschen mit Suchterkrankungen.

[Sucht im Alter](#) (Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V)

[Sich stark machen - Stark bleiben](#) (Landesfachstelle Prävention der Suchtkooperation NRW Ginko Stiftung für Prävention)

SUIZIDALITÄT

Es gibt viele unterschiedliche psychische und körperliche Belastungen oder Einschränkungen, die dazu führen können, „lebensmüde“ zu werden. Suizidalität beschreibt dabei das Gefühl, das empfundene Leid nicht mehr aushalten zu können und deshalb sein Leben beenden zu wollen. Es gibt verschiedene Ursachen dafür, dass pflegebedürftige Menschen ihr Leben beenden wollen. Dabei spielen psychische Probleme, Depressionen oder Angst, aber auch körperliche und soziale Belastungen (z.B. anderen Menschen nicht zur Last fallen zu wollen) eine Rolle. Schmerzen, nachlassende Fähigkeiten und eine zunehmende Abhängigkeit können ein Gefühl der Ausweglosigkeit und Resignation hervorrufen.

Tipps zum Umgang mit Lebensmüdigkeit und Suizidalität:

- **Signale wahrnehmen:** Achten Sie auf Warnsignale wie Traurigkeit, Desinteresse oder Rückzug. Nehmen sie die Eindrücke ernst.
- **Beobachtungen ansprechen:** Sprechen Sie Beobachtungen in einem passenden, ruhigen Moment an.
- **Äußerungen ernst nehmen:** Nehmen sie Äußerungen wie „Ich kann nicht mehr“ oder „Ich will nicht mehr leben“ ernst und gehen Sie ins Gespräch. Verharmlosen Sie die Äußerungen nicht, aber dramatisieren Sie sie auch nicht.
- **Ursachen herausfinden:** Versuchen Sie, die Hauptursachen im Gespräch herauszufinden. Vielleicht bieten sich Wege an, Ursachen abzumildern oder zu beseitigen.
- **Beistand leisten:** Stehen Sie der pflegebedürftigen Person bei. Zeigen Sie Verständnis für ihre Situation. Halten Sie Kontakt.
- **Praktische Hilfen anbieten:** Bieten Sie Hilfe an, um den Ursachen entgegenzuwirken. Organisieren oder verweisen Sie auf professionelle Beratung und Unterstützung.
- **Rat suchen:** Tauschen Sie sich über die Situation aus und teilen Sie Ihre Eindrücke,

holen Sie sich selbst fachlichen Rat, um sich zu entlasten und ggf. Lösungswege aufgezeigt zu bekommen.

- **Medizinische Behandlung:** Informieren Sie ggf. den Hausarzt.
- **Psychologische Unterstützung:** psychologische oder psychotherapeutische Behandlung können nützlich sein, um die psychische Gesundheit zu stabilisieren.
- **Vorsorge:** Informieren Sie sich über Hilfsangebote für suizidale Krisen in Ihrer Region. Halten Sie Kontakt zu den Angehörigen. Versuchen sie darauf hinzuwirken, Hilfsangebote wahrzunehmen.

Im akuten Krisenfall:

Wenden Sie sich an den sozialpsychiatrischen Dienst Ihrer Region.

Informieren Sie sich weiter:

Eine hilfreiche Unterstützung bietet das Heft des Zentrums für Qualität in der Pflege (ZQP): „Wenn ältere Menschen lebensmüde sind“.

PRAKTISCHE HILFE IM HAUSHALT UND ERNÄHRUNG

Jeder Mensch hat im Laufe des Lebens seine individuelle Form der Alltagsgestaltung und Haushaltsführung entwickelt. Unterstützung im Haushalt trägt wesentlich dazu bei, dass eine pflegebedürftige Person das Gewohnte und Vertraute im eigenen Alltag angemessen weiterleben kann.

Damit leisten hauswirtschaftliche Angebote zur Unterstützung im Alltag eben oft mehr als „nur“ eine Wohnung zu reinigen.

Es geht nicht nur darum, dass z.B. eine Wohnung sauber ist, sondern darum, dass eine pflegebedürftige Person ihre Art von Alltag und ihre Art der Haushaltsführung weiterleben kann und somit weiter in den eigenen vier Wänden bleiben kann.

Die Pflegebedürftigen einzubeziehen, birgt dabei nicht nur den Vorteil, vorhandene Fähigkeiten zu aktivieren, sondern auch ins Gespräch zu kommen und zu erfahren, wie sie gerne ihren Haushalt gestalten und führen. Besonders eignen sich Tätigkeiten, die verschiedene Sinne ansprechen, z.B. gemeinsames Backen. Hierbei wird der Geruchssinn angesprochen und beim Kneten des Teiges werden sogar ein wenig die Hände trainiert.

Ideen zum Einbeziehen und Beteiligen finden Sie auf der rechten Seite.

Wichtig:

Gerade im Bereich Haushaltsführung haben alle Kund:innen ihre eigenen Vorstellungen.

Sprechen Sie gut ab, was auf welche Weise getan werden soll. Statt alles für die pflegebedürftige Person zu übernehmen, können Sie auch gemeinsam mit ihr aufräumen, reinigen oder kochen. Das aktiviert, macht Spaß und gibt Ihnen viele Informationen zum Unterstützungsbedarf der Person.

Aufgaben im Alltag	Ideen zum Abgeben und Beteiligen
Rund um die Mahlzeiten Planung der Mahlzeiten Einkaufen Kochen Spülen	mit einem Kochbuch planen, pflegebedürftige Person kontrolliert den Vorrat nicht alles gemeinsam machen; pflegebedürftige Person hat das Geld und bezahlt Aufgabenteilung: Sie spülen, pflegebedürftige Person sitzt einfach dabei
Wäsche Wäsche waschen Aufhängen Bügeln Wäsche zusammenlegen Ausbesserungsarbeiten	Handwäsche von einzelnen Teilen Wäscheklammern anreichen, optimales Aufhängen beraten eine wunderbare Gesprächssituation Korb zurücklassen, der noch zu legen ist Sie lassen sich anleiten
Reinigen Staubwischen Fegen Feucht/nass reinigen	Teilbereiche abgeben pflegebedürftige Person fegt, Sie kehren mit der Handschaufel und dem Kehrbesen Aufgabenteilung: Wer räumt frei? Wer reinigt? Wer räumt zurück?
Aufräumen Ordnung schaffen Müll wegbringen Zimmer aufräumen	Sie lassen sich anleiten: Was gehört wohin? Aufgabe an pflegebedürftige Person abgeben pflegebedürftige Person in einem Zimmer, Sie in einem anderen
Blumenpflege Gießen der Pflanzen Umtopfen Blumen in Vasen anordnen	Aufgabe an pflegebedürftige Person abgeben, diskrete Kontrolle im Nachhinein gemeinsam Kreativität fördern und unterstützen
Handwerkliche Tätigkeiten Reparaturen Neues bauen	gemeinsam beraten kleine Projekte überlegen
Schuhe putzen	erinnern, Utensilien bereitstellen
Kleidung durchsehen Vor dem Winter und nach dem Winter	gemeinsam Ordnung schaffen, Winter- bzw. Sommerkleidung durchsehen
Besorgungen machen Post holen, Zeitung kaufen, Einkäufe machen	Aufgaben identifizieren, die eigenständig erledigt werden

ERNÄHRUNG IM ALTER UND BEI PFLEGEBEDÜRFTIGKEIT

Essen und Trinken sind unser ganzes Leben und in jedem Alter bedeutsam, um gesund zu bleiben. Nehmen wir zu wenig Nährstoffe und Energie zu uns, sind Schwäche, Störungen des Stoffwechsels und des ganzen Organismus die Folge. Unser Leben und unsere Gesundheit werden beeinträchtigt. Auch Müdigkeit sowie der Abbau geistiger Fähigkeiten können die Folge sein und wiederum das Risiko für Stürze oder andere Folgeerkrankungen wie Druckgeschwüre erhöhen. Für pflegebedürftige Menschen kann dies bedeuten, dass sie schneller krank werden und die Abhängigkeit und die Hilfsbedürftigkeit steigen. Auch viele hochalt- und/oder chronisch kranke Menschen nehmen zu wenig Nährstoffe zu sich.

GRÜNDE FÜR FEHL- UND/ODER MANGELERNÄHRUNG

Gründe für Mangel- bzw. Fehlernährung bei Menschen mit Unterstützungsbedarf können z.B. einseitige Ernährungsgewohnheiten sein. Aber auch die psychische Verfassung wie Depressionen und nachlassender Lebenswille können bewirken, dass Menschen wenig essen und trinken mögen. Natürlich können auch finanzielle Aspekte eine Rolle spielen.

Soziale Faktoren sind ebenfalls wichtig: Viele ältere Menschen finden es deprimierend, alleine am Tisch zu sitzen. Verschiedene Studien haben gezeigt, dass es sich günstig auf das Essverhalten auswirkt, wenn alte und kranke Menschen Gesellschaft bei den Mahlzeiten haben. Auch körperliche Veränderungen können Ursachen sein: Im Alter spüren wir unser Hunger- und Durstgefühl nicht mehr so sehr und unser Geschmacksempfinden verändert sich, so dass wir dadurch anders oder weniger essen.

Welche Grundregeln sollten bei der Unterstützung pflegebedürftiger Menschen eingehalten werden?

Selbstbestimmung respektieren: jeder Mensch hat ein Recht darauf, zu entscheiden, was, wie viel oder wann er isst, auch wenn es einem als betreuende Person merkwürdig oder nicht angemessen vorkommt.

Informieren Sie sich weiter!

Broschüre [Essen und Trinken bei Mangelernährung im Alter](#)

Selbstständigkeit unterstützen: Den Pflegebedürftigen in die Essenszubereitung einzubeziehen, bringt nicht nur Spaß, sondern hilft auch dabei, vorhandene Fähigkeiten zu stärken und zu erhalten. Nach alten Rezepten zu fragen, macht nicht nur Freude, sondern ist auch ein gutes Training für das Gedächtnis und offenbart Vorlieben und Geschmäcker.

Wichtig:

Suchen Sie nach den Gründen, wenn eine Person nichts zu sich nehmen möchte. Schmeckt das Essen nicht oder verspürt sie kein Hungergefühl? Gibt es Probleme mit den Zähnen oder dem Zahnersatz?

Wenn Essen und/oder Trinken über längere Zeit abgelehnt werden, ohne dass der Grund ersichtlich wird, kann den Angehörigen geraten werden, sich einen pflegerischen und/oder ärztlichen Rat einzuholen.

Gewohnheiten beibehalten: Manche Gewohnheiten bleiben ein ganzes Leben lang erhalten. Sie geben uns Orientierung und ein Gefühl von Sicherheit. Dies trifft auch mit Blick auf unsere Ernährung zu. Manche Menschen trinken ihren Kaffee schwarz, andere trinken ihn mit Milch und wiederum andere sind es gewohnt, ihn erst einmal ein wenig abkühlen zu lassen. Wichtig ist, dass diese Gewohnheiten respektiert und unterstützt werden.

(Zeit-)Druck vermeiden und die Umgebung bedenken: Unter Druck zu essen, verdirbt nicht

nur den Appetit, sondern erhöht auch die Gefahr, dass man sich verschluckt.

Das Auge isst mit: „Das Auge isst mit“, weshalb man den Tisch auch ruhig mal mit Servietten und gutem Geschirr eindecken sollte. Außerdem sollten Sie immer darauf achten, dass ältere Menschen ihre Brille aufgesetzt haben. (gegebenenfalls übrigens auch daran erinnern, Zahnprothesen einzusetzen).

Besondere Bedürfnisse von Menschen mit Demenz beachten: Der Geschmacks- und Geruchssinn von Menschen mit Demenz ist oftmals reduziert. Sie können die Speisen nicht mehr so wahrnehmen, vergessen schlicht zu essen oder verlieren das Zeitgefühl und damit auch das Gefühl dafür, wann es Zeit wäre, zu essen. Auch die Fähigkeit, Messer und Gabel zu benutzen, nimmt ab oder das Besteck wird gar nicht als solches erkannt. Lassen Sie die Menschen dann ruhig mit den Fingern essen, denn auf diese Weise können sie es zumindest selbstständig tun. ([Essen und Trinken bei Demenz](#) - Broschüre)

Hygiene beachten: Der richtige Umgang mit Lebensmitteln ist wichtig, um Krankheiten zu vermeiden. Dies können insbesondere ältere Menschen mit Sehstörungen nicht immer leisten. ([BVL - Lebensmittel konservieren und lagern](#))

ERNÄHRUNG UND BIOGRAFIE

Essen umfasst nicht nur die Nahrungsaufnahme, sondern auch kulturelle, emotionale und sinnliche Aspekte. Unsere Essgewohnheiten entwickeln sich im Laufe des Lebens, beeinflusst durch Familie, Kultur und persönliche Vorlieben. Lebensmittel sind oft mit Symbolik und Ritualen wie traditionellen Festessen oder bestimmten Mahlzeiten an bestimmten Wochentagen verbunden. Essen kann sowohl positive als auch negative Gefühle wecken und Orientierung bieten, insbesondere bei Menschen mit Demenz, die sich möglicherweise zeitlich nicht mehr orientieren können. Finden Sie heraus, welche Essgewohnheiten für Ihre Kund:innen besondere Bedeutung haben.

Informieren Sie sich weiter!

[BAGSO-Podcast 12: Gut und gesund essen](#)

[Bagso Podcast 12 - Ernährung final.pdf](#) (in Schriftform)

ALLTAGSBEGLEITUNG ALS GEWERBLICHES UNTERNEHMEN

Wenn Sie sich als Alltagsbegleiter:in selbstständig machen möchten, müssen Sie einige Dinge beachten. Neben den Fragen der Anerkennung gibt es auch einige organisatorische und rechtliche Fragen, die zu klären sind.

Selbstständig zu sein bedeutet, dass jemand auf eigenen Namen und auf eigene Rechnung erwerbswirtschaftlich tätig ist. Das heißt, dass die Vergütung direkt an die tätige Person geht und nicht, wie bei einem Angestelltenverhältnis, zunächst an die Firma oder die Organisation. Man ist dann selber dafür zuständig, in solche Sozialversicherungen wie Krankenkasse und Rentenversicherung etc. einzuzahlen. Selbstständig zu sein bedeutet auch, dass man selbst entscheiden kann, wann, wie und wo man arbeiten möchte. Die Aufnahme einer selbstständigen Tätigkeit bezeichnet man als „Existenzgründung“.

Alle Fragen rund um die Existenzgründung können Startercenter und Wirtschaftsförderungsgesellschaften beantworten. Sie beraten hierzu kostenlos. In ganz NRW bieten 75 Startercenter Informationen, individuelle Beratung und vielseitige Seminarangebote (insb. auch zur Existenzgründung) an. Träger:innen der Startercenter NRW sind Handwerkskammern, Industrie- und Handelskammern oder kommunale Wirtschaftsförderungen.

Wie melde ich mein Gewerbe an?

Ein Gewerbe ist fast jede selbstständige Tätigkeit, mit der man Geld verdient. Bietet man hauswirtschaftliche Unterstützungsleistungen an und verdient damit sein Geld, muss man diese Tätigkeit als Gewerbe anmelden.

Für Gewerbeanmeldungen ist in der Regel das Gewerbeamt zuständig. Die Gewerbeanmeldung kann man vor Ort persönlich abholen oder auch zum Download im Internet finden. Der vollständig ausgefüllte und unterzeichnete Antrag muss dann postalisch oder elektronisch an das Gewerbeamt zurückgeschickt werden.

Das Gewerbeamt prüft, ob alle Voraussetzungen für ein Gewerbe erfüllt sind. Ist dies der Fall, informiert es automatisch das Finanzamt, die Industrie- und Handelskammer (IHK), das statistische Landesamt, die Gewerbeaufsicht und die Berufsgenossenschaft. Fragen Sie bei der Berufsgenossenschaft nach, ob eine gesonderte Anmeldung erforderlich ist.

Was passiert nach der Anmeldung?

Nach der Anmeldung beim Gewerbeamt sen-

Schon gewusst?

Auf der Seite der Finanzverwaltung NRW gibt es viele Erklär-Videos zu Themen wie Kleinstgewerbe, Unternehmensgründung und Steuern



<https://die-zukunft-steuern.nrw/erklaeerfilme>

det das Finanzamt einen Fragebogen zur steuerlichen Erfassung der Tätigkeit zu. Dieser muss ausgefüllt und an das Finanzamt zurückgeschickt werden. Mit diesem Fragebogen wird die Selbstständigkeit beim Finanzamt angemeldet. Hilfe bei steuerrechtlichen Fragen erhalten Selbstständige bei kostenlosen Steuerberater-sprechtagen der Startercenter der IHK Ostwestfalen in Kooperation mit der Steuerberaterkammer Westfalen-Lippe. Die Steuerberatungssprechstage finden einmal im Monat sowohl in Bielefeld als auch in Paderborn und Höxter statt.

Im Anschluss an die Gewerbeanmeldung und die steuerliche Erfassung folgt die Anmeldung

in einer der 80 Industrie- und Handelskammern (IHK) in Deutschland. Die Mitgliedschaft ist für alle deutschen Unternehmen Pflicht – mit Ausnahme von Freiberufler:innen, landwirtschaftlichen Betrieben und Handwerksbetrieben. Jedoch fallen bis zu einem Jahresertrag von 5.200 Euro aus einem Gewerbebetrieb keine Mitgliedsbeiträge an. Liegt der Jahresgewinn über diesem Wert, ergibt sich daraus ein entsprechender Beitrag. Auf der Website der IHK finden sich hierzu alle Informationen.

Die IHK Ostwestfalen berät auch in einer kostenlosen Gründungssprechstunde zu Themen der Existenzgründung, öffentlichen Finanzierungshilfen sowie der sozialen Absicherung. Die Gründungssprechstunde findet einmal im Monat in Herford und Gütersloh statt.

Gewerbliche Anbieter:innen müssen sich auch bei der Berufsgenossenschaft anmelden. Berufsgenossenschaften sind Unfallversicherungsträger, kümmern sich um Arbeitsunfälle und deren Folgen, Berufskrankheiten, arbeitsbedingte Gesundheitsgefahren und den Arbeitsschutz. Für Angebote zur Unterstützung im Alltag ist die Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW) zuständig.

Schon gewusst?

Für unternehmerische Fragen, informieren Sie sich auf der Webseite der Industrie- und Handelskammer (IHK).



<https://www.ostwestfalen.ihk.de/>

Übrigens: In Kooperation mit der Steuerberaterkammer Westfalen-Lippe bietet die IHK auch **Steuerberatersprechstage** an. Die Beratung ist kostenfrei.

WIE SCHREIBE ICH EINE RECHNUNG?

Es gibt verpflichtende Angaben, die in jeder Rechnung aufgeführt werden müssen:

- **Wer stellt die Rechnung?** Ihr (Firmen-) Name muss aufgeführt sein.
- **Wer muss die Rechnung bezahlen?** Eine klare Adressatin bzw. ein klarer Adressat müssen genannt werden. Aus Rechnungen, die Sie den Pflegekassen direkt zusenden, muss zusätzlich hervorgehen, für wen die Leistungen erbracht wurden. Hierfür ist die Angabe von Name, Versichertennummer, Geburtsdatum und Anschrift hilfreich.
- **Steuernummer**
- Angabe, dass es sich um eine **Rechnung** handelt: Dies kann im Betreff erfolgen. Gut ist auch, anzugeben, über welche Leistung der Pflegeversicherung Sie abrechnen (s. Kapitel 1).
- **Rechnungsdatum:** Dies ist das Datum, an dem die Rechnung erstellt wurde.
- **Rechnungsnummer:** Jede Rechnung benötigt eine eindeutige Rechnungsnummer. Idealerweise werden Rechnungen fortlaufend nummeriert. Die Rechnungsnummer kann aus einer oder mehreren Zahlen- oder Buchstabenreihen oder aus einer Kombination von Ziffern mit Buchstaben bestehen, aber nur einmalig genutzt werden. Wie Sie die Rechnungsnummer gestalten, ist Ihnen überlassen. Für Ihre eigene Buchführung kann es aber hilfreich sein, wenn Sie die Nummern den Kunden zuordnen können.
- **Leistungsdaten und Positionen:** Wann und in welchem Umfang wurden Leistungen erbracht? Zusätzlich sollte ein Dokumentationsbogen angehängt werden.
- **Rechnungsbetrag**
- **Zahlungsfrist**

Zusätzlich müssen Sie natürlich Ihre **Kontoverbindung**, Ihre **IK-Nummer** und Ihre **Kontaktdaten** angeben.

Hinweis: Angebote zur Unterstützung im Alltag sind nicht umsatzsteuerpflichtig. Auch dies sollten Sie in der Rechnung vermerken. (Siehe §4 Abs. 16 Satz g UStG)

Die Rechnung ist entweder an den*die Kund*in zu richten, wenn diese*r Sie direkt bezahlt, oder aber mit einer Abtretungserklärung direkt an die Pflegekasse. Reichen Sie in diesem Fall bei der ersten Rechnung die von dem*der Kund*in unterschriebene Abtretungserklärung mit ein. Bewahren Sie sich eine Kopie der Abtretungserklärung auf! Rechnungen, auch elektronisch gespeicherte Rechnungen, müssen 10 Jahre lang aufbewahrt und im Falle einer Betriebsprüfung lückenlos vorgelegt werden können.

Wer erhält die Rechnung?

Es gibt zwei Möglichkeiten, um eine Leistung über den Entlastungsbetrag abrechnen zu können. Dies funktioniert zum einen, wenn die pflegebedürftige Person selbst die Rechnung bei der Pflegekasse einreicht und zum anderen über eine Abtretungserklärung.

1. Variante: Die pflegebedürftige Person reicht die Rechnung selbst ein

Pflegebedürftige können die Kosten, die der*die jeweilige Leistungserbringende in Rechnung stellt, weitergeben. Die Kosten werden Pflegebedürftigen erstattet, wenn sie der Pflegekasse entsprechende Rechnungen und Belege vorlegen können.

2. Variante: Abtretungserklärung

Anbietende von Angeboten im Alltag können jedoch auch direkt die Rechnung bei der Pflegekasse einreichen. Hierfür benötigen sie eine Abtretungserklärung. In der Abtretungserklärung wird vereinbart, dass der beauftragte Anbietende direkt mit der Pflegekasse abrechnen darf. Haben Kund*innen im Vorfeld einen an-

deren Dienst beauftragt, sollten sie die Abtretungserklärung für den vorherigen Dienst schriftlich bei der Pflegekasse widerrufen.

Lassen Sie sich jeden Einsatz auf einem Dokumentationsbogen bzw. einem Stundenzettel quittieren. Anhand dieser Daten können Sie dann am Monatsende oder am Quartalsende die Rechnung erstellen. Die Dokumentation dient auch als Absicherung, falls jemand Ihre Rechnung anzweifelt.

WIE BEKOMME ICH MEINE ERSTEN KLI- ENT:INNEN? WIE KANN ICH MEIN AN- GEBOT BEWERBEN?

Pflegebedürftige Personen und ihre Angehörigen können Alltagsbegleiter:innen auf mehrere Wege finden. Die Seite *pfad.uia* des Landes NRW macht Ihr Angebot im Internet auffindbar. Darüber hinaus sollten Alltagsbegleiter:innen sich aber auch über andere Möglichkeiten der Werbung vor Ort Gedanken machen.

Die Datenbank *pfad.uia*

Alle anerkannten Alltagsbegleiter:innen werden automatisch im Angebotsfinder der Seite *pfad.uia* gelistet. Dort können pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen passende Angebote herausfiltern. Dabei existiert sowohl die Möglichkeit, nach dem Ort und der Art der Leistung (z. B. Einzelbetreuung, Betreuungsgruppe) als auch nach Schlagwörtern und angebotenen Sprachen zu filtern.

Um ihr Angebot in *pfad.uia* vorzustellen, können Alltagsbegleiter:innen sich folgenden Fragen stellen:

- Was macht das Angebot besonders?
- Welche Haltungen und Ideen liegen dem Angebot zu Grunde?
- Spricht das Angebot eine besondere Zielgruppe an?
- Haben Sie oder Ihre Mitarbeiter:innen besondere Sprachkenntnisse?

Weitere Möglichkeiten der Werbung

Andere Möglichkeiten der Werbung vor Ort bestehen z.B. im Auslegen von Flyern und im Vorstellen bei einschlägigen Organisationen.

So macht es zum Beispiel Sinn, sich direkt bei der Pflegeberatung vor Ort vorzustellen. Insbesondere wenn es sich um ein mehrsprachiges Angebot handelt, kann es auch hilfreich sein, sich bei Migrantenorganisationen oder Kulturvereinen vorzustellen.

Allgemein gilt: Machen Sie sich Gedanken darüber, wo Menschen, die Hilfe suchen, sich aufhalten oder Rat bekommen. An diesen Orten können Sie Flyer auslegen bzw. Ihr Angebot bewerben. Dabei kann es sich genauso um eine Kirchengemeinde wie um einen Schützenverein handeln. Auf der nächsten Seite finden Sie eine „Netzwerkkarte“ mit Organisationen und wichtigen Akteuren, die Sie ansprechen können.

Schon gewusst?

Zum Thema „Marketing und Vertrieb“ haben die Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz NRW einen Info-Film für Alltagsbegleiter:innen produziert.

<https://t1p.de/2lng3>



Angebote der Kommunen

- Kommunale Pflegeberatung
- Seniorenbüros/-beirat

Religiöse Gemeinschaften

- Kirchen
- Moscheen
- Gemeindehäuser

Nachbarschaft und Gemeinschaft

- Quartierprojekte, z.B. altengerechte Quartiere NRW
- Stadtteilzentren
- Nachbarschaftstreffs
- Schwarzes Brett im Supermarkt
- Heimatvereine
- Dorfinitiativen
- Stadtteilblättchen (Auf Preise achten)
- Buchhandlungen/Büchereien
- Familienzentren/Familienbildungsstätten
- VHS
- Personalrat/Mitarbeitervertretung von Betrieben, Behörden, Organisationen

Einrichtungen des Gesundheitswesens

- Hausärzte
- Krankenhaussozialdienst/Sozialdienst LWL Kliniken
- Familiäre Pflege
- Pflegedienste, die keine Betreuung anbieten
- Apotheken
- Hospizvereine
- Pflegestützpunkte



Menschen mit Behinderungen

- Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung
- Behindertensportvereine

Menschen mit Demenz

- Alzheimergesellschaften
- Demenzberatungsstellen
- Demenznetzwerke

Kultur und Vereine

- Migrantenorganisationen und Kulturvereine
- Schützenvereine
- Sportvereine
- Seniorenabteilungen von Parteien
- Migrationsspezifischer Einzelhandel, z.B. türkischer Supermarkt/Friseur
- Integrationsfachdienste

Selbsthilfegruppen

- Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe
- Selbsthilfegruppen für bestimmte Erkrankungen

Internetportale

- Ebay Kleinanzeigen
- Pflegeportale der Städte/Kreise
- Nebenan.de
- Gut versorgt in
- Dorf-Apps
- Betreut.de
- Verband Pflegehilfe