

Wie hilft mir das Krankenhaus? 26

Was sind Pflegestützpunkte? 30

Wer berät sonst noch? 34

Wie schaffe ich kurzfristig Freiräume? 12

... und wenn ich mehr Zeit brauche? 16

Kann ich Job und Pflege vereinbaren? 20

2. Arbeiten & Pflegen

3. Rat & Hilfe finden

Wie stellt man den Antrag bei der Pflegekasse? 6

1. Zuerst zur Pflegekasse

Inhalt

10. Das gute Pflegeheim

Wie finde ich ein gutes Pflegeheim? 124

Welche Rechte haben Heimbewohner? 130

9. Hilfen für zu Hause

Wie finde ich einen guten Pflegedienst? 107

Was sind Ersatz-, Tages- und Nachtpflege? 112

Welche Hilfsangebote gibt es noch? 116

Wer schult und berät Pflegende? 120

Wie kann ich Notzeiten überbrücken? 38

Was bietet eine Rehabilitation? 42

4. Kurzzeitpflege & Reha

In 10 Schritten zur guten Pflege

Was muss ich mit der Familie klären? 48

5. Miteinander planen

6. Pflegeversicherung

Wann zahlt die Pflegekasse? 54

...und welche Leistungen gibt es? 58

Wie verläuft eine Begutachtung? 66

Wie kann ich Widerspruch einlegen? 72

7. Krankenkasse & Co.

Welche Kosten trägt die Krankenkasse? 76

Wie hilft das Sozialamt? 80

Wann gibt's den Schwerbehindertenausweis? 85

8. Vollmachten & Co.

Was regelt die Patientenverfügung? 88

Wozu dient eine Vorsorgevollmacht? 92

Was nützt eine Betreuungsverfügung? 98

Was müssen Bevollmächtigte als Erstes tun? 102

Anhang

Register 135

Adressen 138