



**Pflegebedürftige
Angehörige**
Beruf und Pflege
vereinbaren

Helsana

Engagiert für das Leben.

«Ein Privates Engagement für die Pflege von Angehörigen wirkt sich auch auf die eigenen Lebensumstände aus.»

Pflege von Angehörigen

Ihr Engagement

Sie kümmern sich um pflegebedürftige Angehörige? Diese Broschüre liefert Ihnen wichtige Informationen in Bezug auf Organisation, Finanzen und Recht.

Wenn Angehörige erkranken oder altersbedingt gebrechlich werden, leisten oft Familienmitglieder Hilfe. Ihre Unterstützung gilt oft als Privatsache, über die nicht gesprochen wird. Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen eine Orientierungshilfe geben und Sie dabei unterstützen, Ihre Ressourcen bestmöglich einzuteilen – und bei Bedarf Hilfe in Anspruch zu nehmen. Denn Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen.

Sie leisten einen grossen Einsatz. Je nach Gesundheitszustand Ihrer Angehörigen und Verlauf der Krankheit erhöhen sich der Aufwand und der Grad der Abhängigkeit stetig. Dazu kommen administrative Aufgaben, die ebenfalls zeitintensiv sein können.

Auf den folgenden Seiten finden Sie die wichtigsten Informationen zur Vereinbarkeit von beruflichen und familiären Aufgaben, zu Dienstleistungsangeboten für Ihre Entlastung sowie zu finanziellen und rechtlichen Aspekten. Kontaktstellen, die Sie unterstützen können, haben wir im hinteren Teil der Broschüre für Sie zusammengestellt.



Beruf und Pflege Miteinander im Einklang

Einfluss auf das Berufsleben

Sehr oft verschweigen Arbeitnehmende im Arbeitsumfeld ihr Engagement für Angehörige. Wir empfehlen Ihnen, sorgfältig abzuwägen, ob Sie Ihren Arbeitgebenden informieren. Doch gerade wenn das Arbeitsverhältnis regelmässig davon betroffen ist oder Sie stark belastet sind, könnte es sinnvoll sein, darüber zu sprechen und gemeinsam Lösungen zu finden. Nebenstehend finden Sie eine kurze Checkliste mit wichtigen Punkten für ein Gespräch mit Ihrer vorgesetzten Person oder mit der Personalabteilung.

work & care

Das Programm work & care stellt pflegenden Angehörigen eine Informationsplattform zur Verfügung. Videobeiträge, Ratschläge und Hilfsmittel unterstützen pflegende Angehörige dabei, den Beruf und die Pflege miteinander zu vereinbaren. work & care ist ein Forschungsprogramm des Careum-Bildungszentrums für Gesundheitsberufe der Kalaidos Fachhochschule.

Erfahren Sie mehr unter:

workandcare.ch

Beratung

Lassen Sie sich zur Vereinbarkeit von Beruf und Pflegearbeit beraten. Manche Arbeitgebenden verfügen über eine betriebliche Sozialberatung. Fragen Sie bei Ihrer Personalabteilung oder bei Ihrer vorgesetzten Person nach, ob es intern oder extern eine solche Stelle gibt.

Steht Ihnen kein betriebliches Beratungsangebot zur Verfügung, können Sie sich an die Fachstelle UND wenden. Die vom Bund unterstützte Organisation setzt sich für die Vereinbarkeit von Beruf und familiären Aufgaben ein. Unter anderem bietet sie subventionierte Beratungsdienstleistungen für Privatpersonen an.

Erfahren Sie mehr unter:

fachstelle-und.ch

Gespräch mit dem Arbeitgebenden Ihre Checkliste

- Überlegen Sie sich im Vorfeld genau, was Sie mit dem Gespräch erreichen möchten. Geht es ausschliesslich darum, Ihren Arbeitgebenden zu informieren, oder wollen Sie gemeinsam eine Lösung finden?
- Schreiben Sie auf, wie genau Ihr privates Engagement Ihre Erwerbstätigkeit tangiert. Wie wirkt es sich etwa zeitlich aus und wie auf Ihre Erreichbarkeit?
- Notieren Sie, ob und wie Ihre aktuellen Arbeitsbedingungen kurz- oder langfristig angepasst werden müssten, damit Sie Beruf und Pflege besser miteinander in Einklang bringen können.
- Vereinbaren Sie einen Termin mit Ihrer direkt vorgesetzten Person oder mit der Personalabteilung. So stellen Sie sicher, dass genügend Zeit für Ihr Anliegen eingeplant wird.
- Bringen Sie Ihr Anliegen Punkt für Punkt vor. Geben Sie Ihrer Ansprechperson die Gelegenheit, Fragen zu stellen oder Anmerkungen zu machen.
- Vereinbaren Sie das weitere Vorgehen. Es kann sein, dass Ihr Gegenüber Zeit braucht, um sich Gedanken zu machen, bevor Sie eine verbindliche Antwort auf Ihr Anliegen erhalten.

Ein umfassendes Merkblatt «Berufstätig sein und Angehörige pflegen» finden Sie unter:
alz.ch

Pflege und Betreuung

Wer bietet Unterstützung?

Aufgaben verteilen

Wir empfehlen Ihnen, die anfallenden Aufgaben zur Unterstützung und Pflege wenn immer möglich auf mehrere Personen zu verteilen. Nicht alle Menschen trauen es sich zu, pflegerische Aufgaben zu übernehmen. Oft können hauswirtschaftliche oder administrative Tätigkeiten einfacher an weitere Angehörige delegiert werden als Pflege und Betreuung. Überprüfen Sie auch, welche Aufgaben neben der Angehörigenbetreuung bei Ihnen sonst noch anfallen, die allenfalls umverteilt werden können. Welche Tätigkeiten lassen sich beispielsweise in Ihrem eigenen Haushalt an Familienmitglieder übertragen?

Schweizerisches Rotes Kreuz

Das Schweizerische Rote Kreuz unterstützt betreuende Angehörige mit Beratung, Dienstleistungen und Kursen. Die verschiedenen Angebote sensibilisieren für die Herausforderungen der Angehörigenbetreuung und bieten Lösungen für unterschiedliche Lebenssituationen.

Erfahren Sie mehr zu den Angeboten unter:

redcross.ch

Spitex

Die Spitex übernimmt Pflegetätigkeiten zu Hause. Grundsätzlich ist eine Aufteilung der Arbeiten zwischen Spitex und Angehörigen möglich. Je nach Ausgestaltung des Angebots können bei der Spitex auch hauswirtschaftliche Aufgaben in Auftrag gegeben werden.

Erfahren Sie mehr zu den Dienstleistungen von Nonprofit-Spitex oder zu den privatrechtlichen Spitex-Angeboten unter:

spitex.ch

spitexprivee.ch

Pro Infirmis

Pro Infirmis leistet und vermittelt Beratung und Unterstützung bis zum AHV-Alter für Menschen mit geistiger, körperlicher oder psychischer Behinderung und deren Angehörige. Die Beratungen sind kostenlos und vertraulich.

Erfahren Sie mehr unter:

proinfirmis.ch

Pro Senectute

Pro Senectute berät betagte Menschen und deren Angehörige zu Fragen des Alters wie Wohnform und Organisation der Angehörigenpflege. Das Beratungsangebot von Pro Senectute ist kostenlos. Zudem koordiniert Pro Senectute eine Vielzahl von praktischen Angeboten wie Mahlzeitendienst, Treuhanddienstleistungen und Besuchsdienst.

Erfahren Sie mehr zu den Angeboten unter:

pro-senectute.ch

Angehörige im Spital oder im Heim

Sind pflegebedürftige Angehörige stationär untergebracht, stellen sich oft viele Fragen. Wenden Sie sich für eine Auskunft oder Beratung an die Heimleitung oder an den Sozialdienst der Einrichtung.

Wohngemeinde

Die Gemeindeverwaltung und die lokalen Alters- oder Pflegezentren haben ein vielfältiges Angebot für Seniorinnen und Senioren sowie für Menschen mit Behinderung. Dazu gehören auch Ferienbetten in den Alters- oder Pflegezentren sowie Plätze in Tages- und Nachtkliniken. Erkundigen Sie sich nach den entsprechenden Angeboten.

Erfahren Sie mehr zu den Angeboten auf der Website der Wohngemeinde Ihrer Angehörigen, oder erkundigen Sie sich direkt bei der regionalen Sozialberatungsstelle von Pro Senectute oder Pro Infirmis.

Pflegekosten

Wer beteiligt sich an der Finanzierung?

Pflegekosten

Die Pflegekosten werden von der obligatorischen Krankenpflegeversicherung übernommen, wenn diplomierte Fachkräfte die Pflegeleistungen erbringen. Dies ist zum Beispiel bei der Spitex oder im Heim der Fall. Damit die Spitex ihre Leistungen zulasten der Krankenkasse abrechnen kann, benötigt sie eine ärztliche Verordnung für Pflegeleistungen. Kosten für die Betreuung und die Begleitung sowie für Haushaltshilfen werden nicht von der obligatorischen Krankenpflegeversicherung getragen.

Hilflosenentschädigung

Die Hilflosenentschädigung soll Menschen mit einer Behinderung eine unabhängige Lebensführung ermöglichen. Sie wird Personen ausbezahlt, die für alltägliche Aktivitäten wie Ankleiden, Essen oder Körperpflege auf die Hilfe von Dritten angewiesen sind. Der Anspruch darauf entsteht frühestens nach Ablauf der einjährigen Wartezeit und erlischt, wenn die betroffene Person die Voraussetzungen nicht mehr erfüllt. Es werden drei Schweregrade von Hilflosigkeit unterschieden:

leicht, mittel und schwer. Die Schwere der Hilflosigkeit wird durch die kantonale IV-Stelle erhoben. Um einen Anspruch auf Ergänzungsleistungen oder Hilflosenentschädigung für Ihre Angehörigen geltend zu machen, wenden Sie sich an die AHV/IV-Stelle in deren Wohnsitzkanton.

Ergänzungsleistungen zur AHV/IV

Wer eine Rente der AHV oder der IV bezieht, kann einen Antrag auf Ergänzungsleistungen stellen. Anspruch auf Ergänzungsleistungen haben Personen, die in der Schweiz wohnen und deren Rentenleistungen nicht ausreichen, um den Lebensunterhalt zu bestreiten. Über die Ergänzungsleistungen kann auch die Vergütung von Krankheits- und Behinderungskosten geltend gemacht werden. Dazu zählen zum Beispiel Kosten für Hilfe, Pflege und Betreuung zu Hause sowie für Hilfsmittel.

Betreuungsgutschriften

Wenn Sie pflegebedürftige Verwandte (Eltern, Kinder, Geschwister, Grosseltern, Ehegatten, Schwiegereltern und Stiefkinder) betreuen, haben Sie Anspruch auf eine Betreuungsgutschrift. Diese soll es Ihnen ermöglichen, später eine höhere Rente der AHV oder IV zu erhalten. Ein Anspruch besteht, wenn sich die pflegebedürftige Person während mindestens 180 Tagen im Jahr in derselben Wohnsituation befindet und maximal 30 Kilometer oder eine Stunde von Ihnen entfernt wohnt. Zudem muss die pflegebedürftige Person eine Hilflosenentschädigung von der AHV, der IV, der Unfall- oder der Militärversicherung beziehen. Die Gutschrift müssen Sie jedes Jahr bei der kantonalen Ausgleichskasse in Ihrem Wohnsitzkanton geltend machen.

Erfahren Sie mehr unter:

ahv-iv.info
ausgleichskasse.ch

Pflege von Angehörigen

Rechtliche Aspekte

Pflege- und Betreuungsvertrag

Wenn Sie Angehörige pflegen oder betreuen, empfehlen wir Ihnen, eine formelle Vereinbarung abzuschliessen. Vertragliche Abmachungen bringen Klarheit über das Ausmass der Hilfeleistungen, und sie regeln Kost und Logis sowie finanzielle Belange.

Kostenlose Sozialberatung

Abklärungen rund um die Versorgung von pflegebedürftigen Angehörigen sind sehr zeitintensiv. Die Sozialberatung von Pro Infirmis oder von Pro Senectute unterstützt Sie dabei.

Folgende Punkte gehören in den Pflegevertrag

- Beginn und Ende (Kündigungsfrist) des Pflegeverhältnisses
- Auflösung des Vertrags aus ausserordentlichen Gründen wie zum Beispiel bei einem Heimeintritt
- Ferienregelung
- Entschädigungen
- Nutzungsrechte, falls Sie im selben Haushalt wohnen
- Beschreibung der Hilfeleistungen
- Angaben zu erteilten Vollmachten

Ein Beispiel für einen Betreuungs- und Pflegevertrag finden Sie unter:

prosenectute.ch

Angehörige als Arbeitgeber

Übernehmen Sie eine entlohnte Pflege-tätigkeit für Angehörige, so gelten diese als Ihre Arbeitgebenden. Wer Hausangestellte ab dem 18. Lebensjahr beschäftigt, muss für sie die Sozialversicherungsbeiträge abrechnen und sich damit als Arbeitgeberin oder Arbeitgeber bei der kantonalen Ausgleichskasse anmelden.

Für Privatpersonen mit Hausangestellten gibt es die Möglichkeit, bei der kantonalen Ausgleichskasse das vereinfachte Abrechnungsverfahren für Arbeitgebende zu nutzen. Es erleichtert die Anmeldung und die Abrechnung für AHV, IV, Erwerbsersatz, Ergänzungsleistungen und Familienzulagen. Erkundigen Sie sich bei Ihrer kantonalen Ausgleichskasse.

Für folgende Sozialversicherungen und Leistungen muss die Anmeldung vorgenommen werden:

- Obligatorische Unfallversicherung (UVG)
- Berufliche Vorsorge (BVG)
- Familienzulagen

Patientenverfügung

Mit einer Patientenverfügung können Ihre pflegebedürftigen Angehörigen grundlegende Fragen regeln wie:

- Wer soll bei einem Spitalaufenthalt Auskunft erhalten?
- Wer hat bei Urteilsunfähigkeit oder Nichtansprechbarkeit ein Mitspracherecht bezüglich der Behandlung?
- Welche Massnahmen sollen im medizinischen Notfall getroffen werden, welche nicht?

Das Schweizerische Rote Kreuz und Pro Senectute beraten umfassend zum Thema Patientenverfügung:

redcross.ch
prosenectute.ch

Leistungen der Helsana

Optimal versichert

Kundinnen und Kunden der Helsana-Gruppe mit den Zusatzversicherungen VIVANTE oder CURA können im Fall einer Pflegebedürftigkeit zusätzliche Leistungen beziehen.

VIVANTE

Aus VIVANTE erhalten unsere Kundinnen und Kunden bei Langzeitpflegebedürftigkeit Taggelder ausbezahlt, die nach freiem Willen eingesetzt werden können. Sie können die Gelder zum Beispiel für die Entlohnung für private Hilfe, für Mahlzeitendienste oder zum Ausgleich von Lohnbussen von Angehörigen verwenden.

CURA

Mit Leistungen aus CURA lassen sich bei Langzeitpflegebedürftigkeit Kosten für Unterkunft und Verpflegung im Alters- oder Pflegeheim oder für eine Haushaltshilfe zu Hause bis zur vereinbarten Taggeldhöhe finanzieren. So haben unsere Kundinnen und Kunden mehr Flexibilität bei der Wahl eines Pflegeheims oder Zimmers, oder sie können sich zum Beispiel mit einer Haushaltshilfe entlasten.

«Helsana bietet Versicherungslösungen an, die bei einer Pflegebedürftigkeit eine höhere Flexibilität bieten.»



Kontaktstellen

Beratung und Unterstützung

Beratungsangebote

Schweizerisches Rotes Kreuz (SRK)
redcross.ch

Pro Senectute Schweiz
prosenectute.ch

Pro Infirmis
proinfirmis.ch

Pflege zu Hause / Hilfsmittel

Spitex Schweiz
spitex.ch

Spitex privée Suisse
spitexprivee.ch

SAHB Hilfsmittelberatung für Menschen mit Behinderung
sahb.ch

Vereinbarkeit von Beruf und Pflege

Fachstelle UND
fachstelle-und.ch

Careum work & care
workandcare.ch

Schweizerische Gesundheitsligen

Krebsliga Schweiz
krebsliga.ch

Lungenliga Schweiz
lungenliga.ch

Alzheimervereinigung
alz.ch

Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft
multiplesklerose.ch

Parkinson Schweiz
parkinson.ch

Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana
promentesana.ch

Weitere Kontaktadressen

Kontakte für weitere Gesundheitsanliegen finden Sie bei der Schweizerischen Gesundheitsligen-Konferenz unter:
geliko.ch

Mit fachlicher Unterstützung:



Careum F+E – Forschungsinstitut
Kalaidos Fachhochschule,
Departement Gesundheit

Helsana ist offizielle Partnerin des SRK

Croix-Rouge suisse
Schweizerisches Rotes Kreuz
Croce Rossa Svizzera



Haben Sie Fragen?

Gerne helfen wir Ihnen weiter. Sie erreichen uns unter:

0844 80 81 82

helsana.ch/kontakt

Mit Bestnoten ausgezeichnet.



Helsana-Gruppe

Postfach
8081 Zürich
helsana.ch

Zur Helsana-Gruppe gehören Helsana Versicherungen AG, Helsana Zusatzversicherungen AG und Helsana Unfall AG. Dieses Produktheft dient der Information und stellt kein verbindliches Angebot dar. Änderungen bleiben vorbehalten.