

GPS - Gesundheits-, Pflege- und Sozialservice Bezirkshauptmannschaft Klagenfurt-Land

NEWSLETTER

1. Quartal 2024



ÜBERBLICK

TOP-Thema: Bewegungsförderung in der Pflege	2
TOP-Tipp: ÖGK - „Tritt-sicher & aktiv“	10
Angehörigenbonus - Pflegebonus 2024	11
Kontakt - GPS BH Klagenfurt Land	12

TOP-Thema: Bewegungsförderung in der Pflege

Tipps für pflegende Angehörige und professionell Pflegende

Mobilität

Regelmäßige Bewegung trägt dazu bei, möglichst selbstständig zu bleiben und gesundheitlichen Problemen vorzubeugen. Allerdings bewegen sich viele ältere pflegebedürftige Menschen zu wenig, zum Beispiel, weil Kraft, Motivation oder Unterstützung fehlen.



Durch Bewegungsmangel können jedoch weitere Gesundheitsprobleme entstehen und Alltagsfähigkeiten rasch verloren gehen – mit der Folge, dass Hilfebedarf und Sturzgefahr steigen. Mit gezielten Maßnahmen kann Bewegung im Alltag pflegebedürftiger Menschen gefördert und Stürzen vorgebeugt werden.

Warum ist Bewegung wichtig?

Regelmäßige Bewegung und gezieltes Training helfen, körperliche und psychische Beanspruchungen besser zu bewältigen. Dabei sind bereits kleine Steigerungen der körperlichen Aktivität im Alltag förderlich für die Gesundheit. Dazu gehört zum Beispiel zügiges Spaziergehen. Damit können die Kondition verbessert, Muskeln gestärkt und Stress gemindert werden.

Über das Herz-Kreislauf-System werden die Muskeln mit Nährstoffen und Sauerstoff versorgt. Körperliche Aktivität und Training steigern diese Vorgänge. Das wirkt sich positiv auf den gesamten Körper aus. Bewegung regt beispielsweise den Stoffwechsel an und senkt das Risiko für Bluthochdruck, Diabetes oder Rückenschmerzen. Bewegung stärkt die Muskelkraft und fördert Koordination und Gleichgewicht.

Im höheren Alter und bei Pflegebedürftigkeit ist regelmäßige Bewegung daher besonders wichtig, um die Beweglichkeit und damit die Selbstständigkeit zu erhalten. Wer sich auch bei körperlichen Einschränkungen so viel wie möglich bewegt, hat ein geringeres Risiko für Bettlägerigkeit, Dekubitus, Gelenkversteifungen (Kontrakturen) und Verstopfung (Obstipation).

Bewegung ist auch förderlich für die psychische Gesundheit und die kognitiven Fähigkeiten. So kann körperliche Aktivität zum Beispiel dazu beitragen, das Risiko für Depressionen und Erkrankungen wie Alzheimer-Demenz zu senken. In der Forschung gibt es Hinweise darauf, dass Bewegung bei leichten kognitiven Einschränkungen helfen kann, den weiteren Abbau zu verlangsamen.

Verschiedene Studien zeigen, dass die Mobilität wirksam gefördert werden kann, wenn mehrmals in der Woche unterschiedliche Fähigkeiten gezielt trainiert werden. Förderlich ist es zudem, wenn das Training moderat körperlich anstrengend ist. Beispiele für Bewegung im Alltag sind: Spazieren gehen, Treppen steigen, leichte Gartenarbeit, Tanzen oder Bewegungsübungen im Bett.

Bedeutung von Bewegung für die Sturzprävention



Mit steigendem Alter und bei Pflegebedürftigkeit nehmen Risikofaktoren für Stürze zu. Dazu gehören verringerte Muskelkraft, Sehschwäche, Schlafprobleme und Tagesmüdigkeit, Inkontinenz und Schwindel. Auch Flüssigkeitsmangel kann zu Schwäche, Kreislaufproblemen, Benommenheit bis hin zu Verwirrtheit und zu Stürzen führen.

Zusätzlich beeinflussen äußere Faktoren das Sturzrisiko: schlechte Beleuchtung, Stolperfallen, eine neue Brille oder eine ungewohnte Umgebung. Und auch bestimmte Medikamente erhöhen die Gefahr zu stürzen, etwa Mittel gegen Bluthochdruck, zur Beruhigung und zum Schlafen. Daneben sind Angst, Unruhe sowie ein gestörter Gleichgewichtssinn bedeutsame Sturz-Risikofaktoren. Für Menschen mit Demenz ist das Sturzrisiko erhöht, da durch die Erkrankung in der Regel Aufmerksamkeit, Wahrnehmung und Gehfähigkeit beeinträchtigt sind.

Mögliche Folgen von Stürzen sind zum Beispiel Wunden, Prellungen oder Knochenbrüche. Nach schweren Verletzungen wie einem Oberschenkelhalsbruch steigt auch der Hilfebedarf. Schlimmstenfalls können die Folgen eines Sturzes zum Tod führen. Ein Sturz kann verunsichern und Angst auslösen, erneut hinzufallen. Wird deswegen Bewegung vermieden, schwinden Muskelkraft und Gleichgewichtssinn. Damit steigt wiederum das Sturzrisiko. Zudem kann die eingeschränkte Beweglichkeit die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen. Zum Beispiel, wenn dadurch soziale Kontakte und manche Alltagstätigkeiten wegfallen.

Muskelkraft, Koordination und Gleichgewicht können dazu beitragen, Stürze zu vermeiden. Regelmäßige Bewegung und gezieltes Training sind daher wichtig, um diese zu erhalten und zu fördern.

Welche Ursachen hat Bewegungsmangel im Alter?

Zu den Gründen für Bewegungsmangel gehören unter anderem körperliche Einschränkungen und gesundheitliche Probleme, die vor allem im fortgeschrittenen Alter auftreten können. Das sind beispielsweise fehlende Muskelkraft, eingeschränkte Beweglichkeit, Probleme mit dem Gleichgewicht oder beim Sehen. Auch Schmerzen, Lähmungen oder Empfindungsstörungen, etwa an den Füßen, erschweren körperliche Aktivität. Mangelnde Motivation, fehlende Unterstützung oder Angst zu stürzen sind ebenfalls mögliche Gründe für Bewegungsmangel.

Tipps für pflegende Angehörige

Bewegung fördern und Stürze vermeiden

Regelmäßige Bewegung trägt dazu bei, möglichst selbstständig zu bleiben und gesundheitlichen Problemen vorzubeugen. Viele pflegebedürftige Menschen bewegen sich jedoch eher wenig, zum Beispiel, weil Kraft, Unterstützung oder Motivation fehlen. Mitunter vermeiden sie Bewegung aus Angst zu stürzen.



Gezielte, individuell passende Maßnahmen tragen dazu bei, die Mobilität pflegebedürftiger Menschen zu fördern und Stürze zu vermeiden.

1. Bewegung fördern

Bewegung trägt dazu bei, Muskelkraft und Beweglichkeit zu erhalten und das Sturzrisiko zu senken. Bereits kleine Steigerungen der körperlichen Aktivität im Alltag sind dabei förderlich.

- Unterstützen Sie die pflegebedürftige Person, möglichst viel selbst zu tun, beispielsweise beim Essen oder beim Anziehen. Regen Sie auch mit Alltagstätigkeiten zur Bewegung an: Das kann etwa Gemüse schneiden, umrühren beim Kochen, Blumen gießen oder Tisch decken sein.
- Motivieren Sie die pflegebedürftige Person, regelmäßig körperlich aktiv zu sein, mindestens einmal täglich. Bewegen Sie sich gemeinsam. Gehen Sie nach Möglichkeit an der frischen Luft spazieren. Vielleicht auch nur ein paar Schritte. Drängen oder überreden Sie aber nicht. Akzeptieren Sie, dass die Motivation und Fähigkeit zur Bewegung auch von der Tagesform abhängen.
- Besprechen Sie mit der pflegebedürftigen Person, was sie trainieren möchte. Üben Sie gezielt Bewegungsabläufe, bei denen sie unsicher ist. Das kann zum Beispiel Treppen gehen, Aufstehen oder der Umgang mit dem Rollator sein.
- Unterstützen Sie dabei, Muskelkraft, Beweglichkeit, Koordination und Gleichgewicht gezielt zu trainieren. Viele Übungen können im Liegen oder Sitzen durchgeführt werden. Für ein gezieltes Training eignen sich Hilfsmittel, etwa ein kleiner Ball, ein Gymnastikband oder Hanteln.

Anregungen bieten die **Bewegungsempfehlungen für ältere Erwachsene** des Fonds Gesundes Österreich, etwa mit Übungsvideos (vgl. <https://www.gesundheit.gv.at/leben/bewegung/gesund-durch-sport/bewegungsempfehlungen-senioren.html>).

Die Broschüre **Österreichische Bewegungsempfehlungen Band Nr. 17 aus der Reihe WISSEN** des Fonds Gesundes Österreich richtet sich auch an ältere Erwachsene ohne und mit Körper-, Sinnes- oder Mentaleinschränkung (vgl. https://fgoe.org/wissensband17_bewegungsempfehlungen).

Übungen zur Verbesserung des Gleichgewichts vermitteln u.a. die Broschüre **Fit und G'sund – In jedem Alter!** sowie Anleitungsvideos des Österreichischen Seniorenbundes (vgl. <https://www.seniorenbund.at/wissenswertes/fit-und-ggesund-in-jedem-alter/page>). Lassen Sie sich zu Übungen und Hilfsmitteln auch fachlich beraten und anleiten.

- Achten Sie darauf, dass die Übungen den Fähigkeiten und Bedürfnissen der pflegebedürftigen Person entsprechen. Sie sollten Freude machen und fordern. Aber: Überfordern Sie nicht. Steigern Sie die Aktivität nach bewegungsärmeren Phasen langsam. Erstellen Sie eventuell gemeinsam einen Bewegungsplan. Darin werden die täglichen Aktivitäten notiert. Stimmen Sie den Plan mit der Ärztin, dem Arzt sowie eventuell Pflegefachpersonen oder der Physiotherapie ab.

2. Sichere Umgebung schaffen



Um Bewegung im Alltag zu ermöglichen sowie Stürzen vorzubeugen, ist eine sichere Umgebung wichtig. Oft genügen bereits kleine Anpassungen in der Wohnung.

5

- Sorgen Sie für ausreichend Licht. Nachts sind Lampen mit Bewegungsmelder hilfreich.
- Halten Sie Laufwege frei. Beseitigen Sie Stolperfallen, zum Beispiel Kabel.
- Markieren Sie Schwellen und Stufen besonders auffällig.
- Sorgen Sie für genügend Platz, um sich mit Rollator oder Rollstuhl zu bewegen. Stellen Sie wenn nötig Möbel um.
- Lassen Sie Haltegriffe oder Handläufe fachgerecht anbringen. Erinnern Sie die pflegebedürftige Person, sich daran festzuhalten.
- Sorgen Sie dafür, dass der Boden eben und nicht glatt ist. Vermeiden Sie Nässe auf dem Boden. Nutzen Sie rutschfeste Fußmatten oder Teppiche. Befestigen Sie eventuell Teppichkanten, Matten und Läufer am Boden.
- Achten Sie darauf, dass alles gut erreichbar ist, was gebraucht wird. Das betrifft zum Beispiel Lichtschalter, Nachttisch, Kleidung, Speisen, Getränke, Brille oder Rollator.
- Stellen Sie das Bett zum Schlafen so niedrig wie möglich, wenn die Gefahr besteht, herauszufallen. Verwenden Sie keine Bettgitter, wenn die pflegebedürftige Person nicht zustimmt.

Sie könnte sich zum Beispiel im Bettgitter einklemmen oder stürzen, wenn sie darüber klettert. Zudem können solche freiheitsentziehenden Maßnahmen Angst und Stress verursachen.

- Lassen Sie sich zur Anpassung der Wohnung fachlich beraten. Informationen zur sicheren Gestaltung des Wohnumfeldes finden Sie zum Beispiel in der Broschüre **BARRIERE:FREI! Handbuch für barrierefreies Wohnen** des Österreichischen Bundesministeriums für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz (https://sozialministeriumservice.at/Downloads/sms_handbuch_barrierefrei_wohnen.pdf)

3. Hilfsmittel richtig einsetzen

Hilfsmittel können zu mehr Sicherheit beitragen und die Mobilität und Selbstständigkeit erhalten. Wichtig ist, sie richtig einzusetzen.

- Achten Sie darauf, dass Brille und Hörgeräte, wenn nötig benutzt werden. Augen und Ohren sollten regelmäßig untersucht werden.
- Sorgen Sie dafür, dass Gehilfen griffbereit und funktionstüchtig sind.
- Üben Sie den sicheren Umgang mit Gehhilfen. Tipps zum richtigen Umgang mit einem Rollator finden Sie in der Broschüre **Rollator - Tipps zum sicheren Umgang** des Zentrums für Qualität in der Pflege – ZQP (<https://www.zqp.de/produkt/ratgeber-rollator/>).
- Stellen Sie die Bremsen an Hilfsmitteln wie Rollator oder Toilettenstuhl fest, wenn sie nicht bewegt werden sollen.
- Stellen Sie die Höhe von Sitzmöbeln und vom Bett passend ein. Nutzen Sie zum Beispiel Sitzauflagen und ein Pflegebett. Das erleichtert das Hinsetzen und Aufstehen.
- Nutzen Sie im Bad einen erhöhten Toilettensitz und einen Duschhocker oder Badewannenlift.
- Stellen Sie nachts einen Toilettenstuhl neben das Bett.
- Nutzen Sie Hilfsmittel, um Verletzungen bei einem Sturz zu minimieren: Legen Sie zum Beispiel eine Sturzmatte vor das Bett.
- Setzen Sie technische Hilfsmittel wie Falldetektoren oder Sensormatten ein, die einen Sturz erkennen. So kann rasch Hilfe erfolgen.

4. Passende Kleidung wählen

Praktische, bequeme und gut sitzende Kleidung und Schuhe sind wichtig, um sich möglichst gut bewegen zu können. Das trägt auch zur Sicherheit bei.

- Wählen Sie Kleidung, die Bewegung gut zulässt, etwa aus besonders dehnbaren Materialien.
- Achten Sie darauf, dass die Schuhe festen Halt bieten. Sie sollten hinten geschlossen sein und eine flache, rutschfeste Sohle haben. Praktisch sind Schuhe mit Klettverschluss. Zu Hause eignen sich auch rutschfeste Socken.
- Sorgen Sie dafür, dass die Kleidung gut sitzt und nicht herunterrutscht. Sonst könnte man hängen bleiben oder stolpern.
- Wählen Sie bei Inkontinenz möglichst Kleidung, die einfach auszuziehen ist. Dazu gehören zum Beispiel Hosen mit Gummizug oder mit Klettverschluss statt mit Knöpfen.

5. Menschen mit Demenz unterstützen

Bei Menschen mit Demenz sind Orientierung, Aufmerksamkeit, Wahrnehmung und Gehfähigkeit zunehmend beeinträchtigt. Dadurch sind sie besonders gefährdet, zu stürzen. Zudem wird das Kurzzeitgedächtnis schlechter, sodass Bewegungsübungen mitunter nicht verstanden oder wieder vergessen werden. Menschen mit Demenz benötigen daher Unterstützung, um sich im Alltag regelmäßig und sicher zu bewegen.



- Halten Sie die gewohnte Ordnung und Routinen bei. Platzieren Sie zum Beispiel Gehhilfen oder die Brille an gewohnten Stellen. Wägen Sie Veränderungen wie das Umstellen von Möbeln sorgfältig ab.
- Bieten Sie regelmäßig Bewegungsübungen an, die den Fähigkeiten und Bedürfnissen der pflegebedürftigen Person entsprechen. Beachten Sie dabei die jeweilige Tagesform.
- Machen Sie Angebote, die vertraut sind und Freude machen. Das kann beispielsweise Spazieren gehen oder Tanzen nach bekannter Musik sein. Beispiele für gezielte Übungen sind auf Zehen laufen, wiederholt vom Stuhl aufstehen oder einen Ball werfen. Anleitungen finden Sie in den Videos der MAS Alzheimerhilfe unter <https://www.alzheimerhilfe.at/koerper-fit-kopf-fit/#koerperfit-kopffit-content>. Bei Menschen mit beginnender Demenz können körperliche und kognitive Übungen kombiniert werden: beispielsweise beim Ballwerfen ein Lied singen. Dann spricht man von Dual-Task-Training. Holen Sie fachlichen Rat zur Durchführung der Übungen ein. Geeignetes kognitives Training könnte den Gang, die Aufmerksamkeit oder den Umgang mit Gehilfen verbessern.
- Leiten Sie praktisch an: Machen Sie einfache Bewegungsabläufe vor. Erklären Sie diese in kurzen Sätzen mit einfachen Worten. Wenn nötig, wiederholen Sie dies immer wieder. Sprechen Sie zugewandt, mit freundlicher Mimik und wertschätzend.

- Akzeptieren Sie, wenn Bewegungsangebote abgelehnt werden. Versuchen Sie es zu einem späteren Zeitpunkt noch einmal.
- Vermeiden Sie möglichst Glas- und Metallic-Effekte, etwa in der Dusche. Flimmern und Spiegelungen können Angst auslösen. Hängen Sie Spiegel zum Beispiel mit Tüchern ab.
- Leuchten Sie Räume gut aus, damit keine Schatten entstehen. Diese können von Menschen mit Demenz falsch wahrgenommen werden oder mit Kanten oder Löchern verwechselt werden.
- Wählen Sie Wege, die die pflegebedürftige Person nicht überfordern. Vermeiden Sie Rolltreppen oder große Treppen. Menschen mit Demenz können das Gefühl für Höhe und Tiefe verlieren. Nutzen Sie stattdessen den Fahrstuhl.
- Verstellen Sie die Treppe, wenn die Person mit Demenz diese nicht sicher allein benutzen kann. Nutzen Sie beispielsweise einen Wäschekorb.

6. Fachlichen Rat einholen

Um bei der Bewegungsförderung nicht zu überfordern oder zu schaden, ist es ratsam, professionelle Beratung und Hilfe einzuholen. Fachlicher Rat ist außerdem sinnvoll, um Risiken und Ursachen für Stürze zu erkennen und individuell passende Maßnahmen zur Sturzprävention richtig umzusetzen.

8

- Wenden Sie sich an die Ärztin, den Arzt, die Physiotherapie oder Ergotherapie. Fragen Sie nach, wie Sie die Bewegung fördern können: Welche Übungen sind geeignet? Wie können diese im Alltag umgesetzt werden? Und was hilft zur Motivation? Lassen Sie sich auch zum Bewegungstraining anleiten. Informationen, Tipps und Beratung speziell bei Demenz bietet zum Beispiel die Österreichische Alzheimer Gesellschaft (<http://www.alzheimer-gesellschaft.at/>).
- Beachten Sie ärztliche Hinweise zum Training bei bestimmten Erkrankungen, zum Beispiel Herzschwäche, Gelenkentzündung.
- Informieren Sie sich über Gehhilfen, etwa zu einem Rollator. Wenden Sie sich dazu an einen Pflegedienst, ein Sanitätshaus, die Pflegekasse oder die private Pflegeversicherung.
- Erkundigen Sie sich nach Angeboten zur Bewegungsförderung und zur Sturzprävention. Diese werden zum Beispiel von Krankenkassen oder der Gemeinde angeboten.
- Holen Sie ärztlichen Rat ein, wenn Sie bemerken, dass Medikamente die Bewegungsfähigkeit beeinflussen. Das gilt zum Beispiel, wenn sie müde oder benommen machen, Schwindel verursachen oder entwässernd wirken.

Flüssigkeitsmangel kann beispielsweise zu Schwäche oder Kreislaufproblemen führen und so das Sturzrisiko erhöhen.

- Fragen Sie die Hausärztin oder den Hausarzt, ob präventive oder rehabilitative Maßnahmen wie Physiotherapie verordnet werden können.
- Nutzen Sie Beratung zur Pflege, zum Beispiel zur sicheren Gestaltung der Wohnung. Dies ist auch in speziellen Wohnberatungsstellen möglich. In Pflegekursen oder Schulungen können Sie unter anderem erlernen, wie Sie die Mobilität zu fördern und Gesundheitsprobleme wie Druckgeschwüren vorbeugen können.
- Klären Sie Ursachen für einen Sturz, zum Beispiel Schwindel, Probleme mit dem Sehen oder Gehen. Holen Sie dazu ärztlichen oder pflegefachlichen Rat ein. Veranlassen Sie auch eine ärztliche Untersuchung, wenn durch einen Sturz Schmerzen oder Verletzungen auftreten.

Quelle: Zentrum für Qualität in der Pflege - ZQP, Berlin unter <https://www.zqp.de/thema/mobilitaet/#ambewegung>

Hinweise für die professionelle Pflege

Arbeitsmaterial zur Bewegungsförderung in der stationären Pflege

https://www.zqp.de/wp-content/uploads/ZQP_Arbeitsmaterial_Bewegungsfoerderung.pdf

Quelle: Zentrum für Qualität in der Pflege - ZQP, Berlin unter <https://www.zqp.de/thema/mobilitaet/#ambewegung>

9

Beratung und Unterstützung im Bezirk Klagenfurt-Land

Pflegetelefon Kärnten - von Montag bis Freitag stehen von jeweils 10 bis 11 Uhr Expertinnen und Experten bei allen Fragen rund um Pflege und Betreuung zur Verfügung. Die Hilfestellung ist kostenlos. Die Nummer lautet **0720 788 999**.

Gesundheits-, Pflege- und Sozialservice (GPS) der Bezirkshauptmannschaft Klagenfurt Land - von Montag bis Donnerstag von 07:30 bis 16:00 Uhr und Freitag von 07:30 bis 13:30 Uhr unter **050 536 64 185** oder **050 536 64 186**

Psychiatrischer Not- und Krisendienst (PNK) für Kärnten, PNK Ost (Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie, Klinikum Klagenfurt), unter **0 664 300 70 07**, täglich 0 - 24 Uhr

TOP-Tipp: ÖGK - „Tritt-sicher & aktiv“



Bewusst leben + Trittsicher & aktiv Stürze gezielt vermeiden



www.gesundheitskasse.at

10

Stürze passieren plötzlich und unerwartet: Man stolpert über den Teppichrand, rutscht in der Dusche aus oder schätzt die eigene Kraft falsch ein. Die Folgen - nicht selten Knochenbrüche oder Kopfverletzungen - können dauerhaft beeinträchtigen. Dazu bleibt die Angst vor weiteren Stürzen ständiger Begleiter im Alltag.

„Trittsicher & aktiv“, das neue Programm der ÖGK, hilft, Stürze gezielt zu vermeiden. Acht jederzeit abrufbare Videos bieten Tests und Übungen für das tägliche Leben. Dazu gibt es zahlreiche Tipps von einem Sportwissenschaftler, einer Ergotherapeutin und einer Ärztin.

Fragen zum Angebot

+43 50 766 - 15 80 08

trittsicher@oegk.at

Alle Informationen gibt es auch zum Nachlesen unter

<https://www.gesundheitskasse.at/cdscontent/load?contentid=10008.780119&version=1692790668>

Angehörigenbonus - Pflegebonus 2024

Der Angehörigenbonus ("Pflegebonus") für Personen, die Angehörige mit mindestens Pflegestufe 4 betreuen, beträgt pro Kalenderjahr 1.500 Euro. Für einen Anspruch auf den Bonus müssen bestimmte Voraussetzungen erfüllt werden. Dabei spielen die Pflegestufe, die Dauer der Pflege und das Netto-Einkommen pro Monat eine Rolle.

Anspruch

Als Voraussetzungen für den Erhalt des Angehörigenbonus gilt das Vorliegen der Pflegestufe 4 oder höher, sowie die Dauer der Pflege und das Einkommen. Anspruch auf diesen Bonus haben ebenfalls jene Pensionistinnen und Pensionisten, die die dafür notwendigen Voraussetzungen erfüllen.

Das Kriterium, dass beide Personen im selben Haushalt leben müssen, wurde im Mai 2023 gestrichen. Damit haben nun auch pflegende Angehörige einen Anspruch auf den Pflegebonus, wenn sie nicht im gemeinsamen Haushalt mit der zu pflegenden Person leben.

Sie pflegen einen nahen Angehörigen mit Anspruch auf zumindest Pflegegeld der Stufe 4

'''

... seit mindestens einem Jahr überwiegend in häuslicher Umgebung und Ihr monatliches Netto-Einkommen betrug im vergangenen Kalenderjahr durchschnittlich nicht mehr als 1.500 Euro...

... und sind in der Pensionsversicherung wegen der Pflege eines nahen Angehörigen oder eines behinderten Kindes selbst- oder weiterversichert...

..., dann stellen Sie bitte bei jenem Versicherungsträger, von dem Ihr naher Angehöriger das Pflegegeld erhält, den Antrag auf...

..., dann erhalten Sie automatisch von dem Pensionsversicherungsträger, bei dem Sie selbst- oder weiterversichert sind, den...

Angehörigenbonus

Der Angehörigenbonus wird monatlich in Höhe von 125 Euro ausgezahlt. Vom Angehörigenbonus wird kein Krankenversicherungsbeitrag abgezogen.

Der Angehörigenbonus ist steuerfrei, unpfändbar und wird z.B. nicht auf die Ausgleichszulage, auf Hinterbliebenenleistungen oder die Mindestsicherung angerechnet.

Der Angehörigenbonus wird monatlich im Nachhinein ausbezahlt. Der Angehörigenbonus gebührt pro zu pflegender Person nur einmal. Auch wenn Sie mehrere Personen gleichzeitig pflegen, können Sie den Angehörigenbonus nur einmal erhalten.

Kontakt - GPS BH Klagenfurt Land

GPS – KÄRNTNER GESUNDHEITS-, PFLEGE- UND SOZIALSERVICE



Kostenlos	Themenbereiche
<ul style="list-style-type: none">• BERATUNG• INFORMATION• UNTERSTÜTZUNG• SERVICE	<ul style="list-style-type: none">• Betreuung und Pflege zu Hause• Institutionelle Betreuung und Pflege• Unterstützung für pflegende Angehörige• Soziale Sicherheit• Menschen mit Behinderungen

GPS - Bezirkshauptmannschaft Klagenfurt-Land
Völkermarkter Ring 19, 9020 Klagenfurt am Wörthersee
Tel.: 050 536 -64185 oder -64186
E-Mail: bhkl.gps@ktn.gv.at
Web: <https://gps-ktn.at/>

12

Sollte es Ihnen nicht möglich sein in unser Servicebüro zu kommen, besteht die Möglichkeit, dass wir Beratungen auch bei Ihnen zuhause durchführen.

Gerne können Sie unsere Informationen an Betroffene oder Interessierte weitergeben!

Mit freundlichen Grüßen

Ihr GPS Klagenfurt-Land

LAND  KÄRNTEN

Inhalte ohne Gewähr!
Abmeldung vom Newsletter unter: bhkl.gps@ktn.gv.at