

DIE WICHTIGSTEN BERATUNGSSTELLEN IN FRANKFURT

DER PFLEGESTÜTZPUNKT IN FRANKFURT

ist eine zentrale Anlaufstelle für alle, die sich über das Thema Pflege beraten lassen wollen:

Rathaus für Senioren
Jugend- und Sozialamt
Hansaallee 150
60320 Frankfurt am Main

Tel +49 (0) 69 212-49911
rathaus-fuer-senioren@stadt-frankfurt.de

DAS BÜRGERINSTITUT IN FRANKFURT

berät älter werdende Menschen und ihre Angehörigen:

Oberlindau 20
60323 Frankfurt am Main
Tel +49 (0) 69 97-20170

BERATUNGS- UND VERMITTLUNGSSTELLEN

unterstützen Sie bei der Suche nach ambulanten Hilfsdiensten, Tages- und Kurzzeitpflegeeinrichtungen und nach einem Pflegeheim:

[www.frankfurt.de/sixcms/
detail.php?id=1756249&ffmparf_id_inhalt=1639158](http://www.frankfurt.de/sixcms/detail.php?id=1756249&ffmparf_id_inhalt=1639158)

DIE SOZIALDIENSTE DER KRANKENHÄUSER

stehen ihren Patientinnen und Patienten für alle Fragen, die sich im Zusammenhang mit dem Krankenhausaufenthalt und der Weiterversorgung ergeben, zur Verfügung.

INFORMATIONEN UND RÜCKFRAGEN

KOORDINATION DES FAMILIEN-SERVICE

Christina Rahn
Gleichstellungsbüro
Grüneburgplatz 1, PA-Gebäude
60323 Frankfurt

Tel +49 (0) 69 798-18688
rahn@em.uni-frankfurt.de
Beratungstermine
nach Vereinbarung

Aktuelle Informationen zu Pflege und Familie finden Sie auf unserer Homepage: www.familien-service.uni-frankfurt.de

PROJEKTLEITUNG DES FAMILIEN-SERVICE

Dr. Anja Wolde
Adresse: siehe oben

Tel +49 (0) 69 798-18100
wolde@em.uni-frankfurt.de



Gefördert aus Mitteln
des Hessischen
Sozialministeriums und
der Europäischen Union –
Europäischer Sozialfonds

INFORMATIONEN FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE



VEREINBARKEIT VON BERUF UND PFLEGE AN DER GOETHE-UNIVERSITÄT

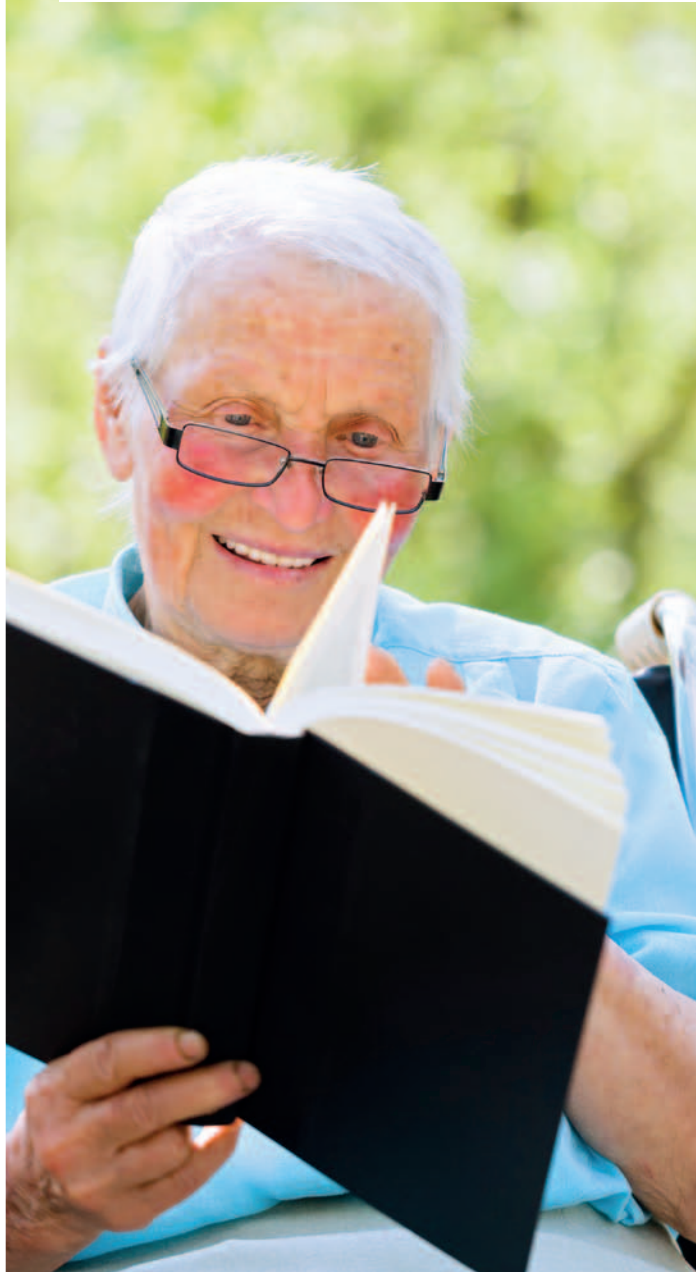
Immer mehr Menschen pflegen Familienangehörige. Durch die steigende Lebenserwartung und den demographischen Wandel wird es immer wahrscheinlicher, selbst einmal in die Rolle zu geraten und die Pflege in die eigene Lebensplanung einbeziehen zu müssen.

Die Anforderungen von Beruf, Studium und Pflege miteinander zu vereinbaren, ist für die Betroffenen immer eine außerordentliche zeitliche, psychische und körperliche Belastung.

Der Familien-Service der Goethe-Universität unterstützt Sie in dieser Lebenssituation mit Maßnahmen und Informationen zur Vereinbarkeit von Beruf und Pflege und bietet:

- Beratung
- Regelmäßige professionelle Informationsveranstaltungen für alle Angehörigen der Goethe-Universität
- Regelmäßigen Gesprächskreis für pflegende Angehörige
- Informationsmappen zum Mitnehmen
- Homepage mit aktuellen Informationen und städtischen AnsprechpartnerInnen
- Ab 2014: Leitfaden mit allen wichtigen Informationen rund um das Thema Pflege

PFLEGE GEBEDÜRFTIG – WAS NUN ?



IN KÜRZE DIE WICHTIGSTEN TIPPS

1. Vereinbaren Sie einen Termin mit dem Pflegestützpunkt Ihres Wohnortes. Er steht Ihnen bei allen Fragen rund um die Pflege zur Verfügung.
2. Wenn eine Pflegestufe festgestellt werden muss, kontaktieren Sie den Medizinischen Dienst Ihrer Krankenkasse.
3. Führen Sie ein Pflegetagebuch. Sie finden ein Beispiel in unserer Informationsmappe.
4. Seien Sie zu Hause, wenn der Medizinische Dienst kommt.
5. Überlegen Sie, ob Sie sich vorstellen können, die Pflege selbst zu leisten. Sprechen Sie mit Ihrer Familie und Ihrer/Ihrem Vorgesetzten.
6. Sprechen Sie mit Ihrer/Ihrem Angehörigen. Erfragen Sie ihre/seine Vorstellungen und Wünsche, um diese in die weitere Pflege mit einzubeziehen.
7. Sollten Sie zur Pflege bereit sein, rufen Sie Ihren Pflegestützpunkt an, um die Organisation der weiteren Pflege zu besprechen.
8. Können Sie sich eine Pflege selbst nicht vorstellen, so lassen Sie sich ebenso bei Ihrem Pflegestützpunkt über geeignete professionelle Pflege beraten.
9. Verschaffen Sie sich Freiräume in Form von Sport, Hobbys o.ä.
10. Machen Sie sich bewusst: Sie müssen nicht alles alleine machen. Organisieren Sie sich frühzeitig Unterstützung in Ihrem Umfeld.
11. Denken Sie daran, dass Sie nach sechs Monaten Pflege Anspruch auf Verhinderungspflege haben.