

wecare24
Roland Rother & André Weber
Schenkendorfstraße 22
22085 Hamburg
Tel. 040 - 68 99 64 - 83
E-Mail: info@we-care-24.de



Sehr geehrte Damen und Herren,
anbei erhalten Sie unseren Pflegebrief mit folgenden Themen:

- 1. Pflegereform 2025: Was sich für Pflegebedürftige ändert**
- 2. Weihnachten 2024 – „Oma braucht Hilfe“**
- 3. Demenz: dem „Vergessen“ entgegenwirken**
- 4. Sinnvolle Gratis-Apps für Senioren, die den Alltag erleichtern**
- 5. Buchtipp zum Jahreswechsel**



1. Pflegereform 2025 – Was sich für Pflegebedürftige ändert

Im neuen Jahr wird es einige Änderungen und Anpassungen geben, auf die wir im Folgenden hinweisen möchten. Denn ab dem 01.01.2025 gelten für die meisten

Pflegeleistungen höhere Beträge (i.d.R. 4,5%), bei anderen wird der Zugang erleichtert. Diese Änderungen gehen auf die Pflegereform aus 2023 zurück und werden im „Pflegeunterstützungs- und -entlastungsgesetz“ aufgeführt (PUEG) aufgeführt.

Anpassungen bei wesentlichen Pflegeleistungen für die häusliche Betreuung in 2025:

- a) Pflegegeld
- b) Entlastungsbetrag (ab Pflegegrad 1)
- c) Pflegesachleistungen
- d) Verhinderungspflege 2025: Das Entlastungsbudget
- e) Pflegeunterstützungsgeld
- f) Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen
- g) Pflegehilfsmittel

Was bedeutet dies konkret?

a) Pflegegeld

Das Pflegegeld wird als Unterstützung gezahlt, wenn Pflegebedürftige nicht in Einrichtungen, sondern zu Hause leben. Der jeweilige Betrag (i. Abh. vom Pflegegrad) steigt Anfang des Jahres um 4,5 Prozent. Wenn bereits Pflegegeld bezogen wird, erfolgt ab Januar 2025 automatisch eine Anpassung. Diese aktuelle Erhöhung wirkt sich wie folgt aus:

Pflegegrad	Pflegegeld (in €)	
	für Grundpflege durch Angehörige oder einer Betreuungskraft	
	bis 31.12.2024	ab 1.1.2025
1	0,00	0,00
2	332,00	347,00
3	572,00	599,00
4	764,00	800,00
5	946,00	990,00

b) Entlastungsbetrag (ab Pflegegrad 1)

Der Entlastungsbetrag für sog. „niedrigschwellige Betreuungsangebote“ kann für

verschiedene Zwecke verwendet werden, u.a. für Leistungen zur Unterstützung im Alltag. Pflegebedürftige in häuslicher Pflege haben nach § 45b SGB XI Anspruch auf diesen Entlastungsbetrag, der für alle Pflegegrade identisch ist und ebenfalls in 2025 leicht erhöht wird.

Entlastungsbetrag (in €)	
Gegenwert für zugelassene Dienstleister z.B. für Unterstützung im Alltag bei allen Pflegegraden	
bis 31.12.2024	ab 1.1.2025
125,00	131,00

c) Pflegesachleistungen

Die Pflegesachleistung ist eine Leistung der Pflegeversicherung in Deutschland nach § 36 XI SGB. Sie umfasst häusliche Pflege, die von professionellen Pflegekräften (ambulanten Pflegedienst) in Form von Grundpflege und hauswirtschaftlicher Versorgung erbracht wird (Behandlungspflege gehört nicht zur Pflegesachleistung). Anders als das Pflegegeld wird die Pflegesachleistung nicht ausgezahlt, sondern direkt mit der Pflegekasse abgerechnet. Auch die Pflegesachleistungen steigen in 2025 um 4,5 Prozent:

Pflegegrad	Pflegesachleistung	
	Gegenwert in € bei Grundpflege durch einen ambulanten Pflegedienst	
	bis 31.12.2024	ab 1.1.2025
1	0,00	0,00
2	761,00	796,00
3	1.432,00	1.497,00
4	1.778,00	1.859,00
5	2.200,00	2.299,00

d) Verhinderungspflege 2025: Das Entlastungsbudget

Das sogenannte Entlastungsbudget erleichtert die Finanzierung von Verhinderungspflege und Kurzzeitpflege. Denn statt wie bisher aus getrennten Töpfen, die sich teilweise übertragen lassen, sollen dann beide Pflegeleistungen aus dem gemeinsamen

Entlastungsbudget finanziert werden. Somit ergibt sich zukünftig ein **gemeinsamer Jahresbetrag für Verhinderungspflege und Kurzzeitpflege**.

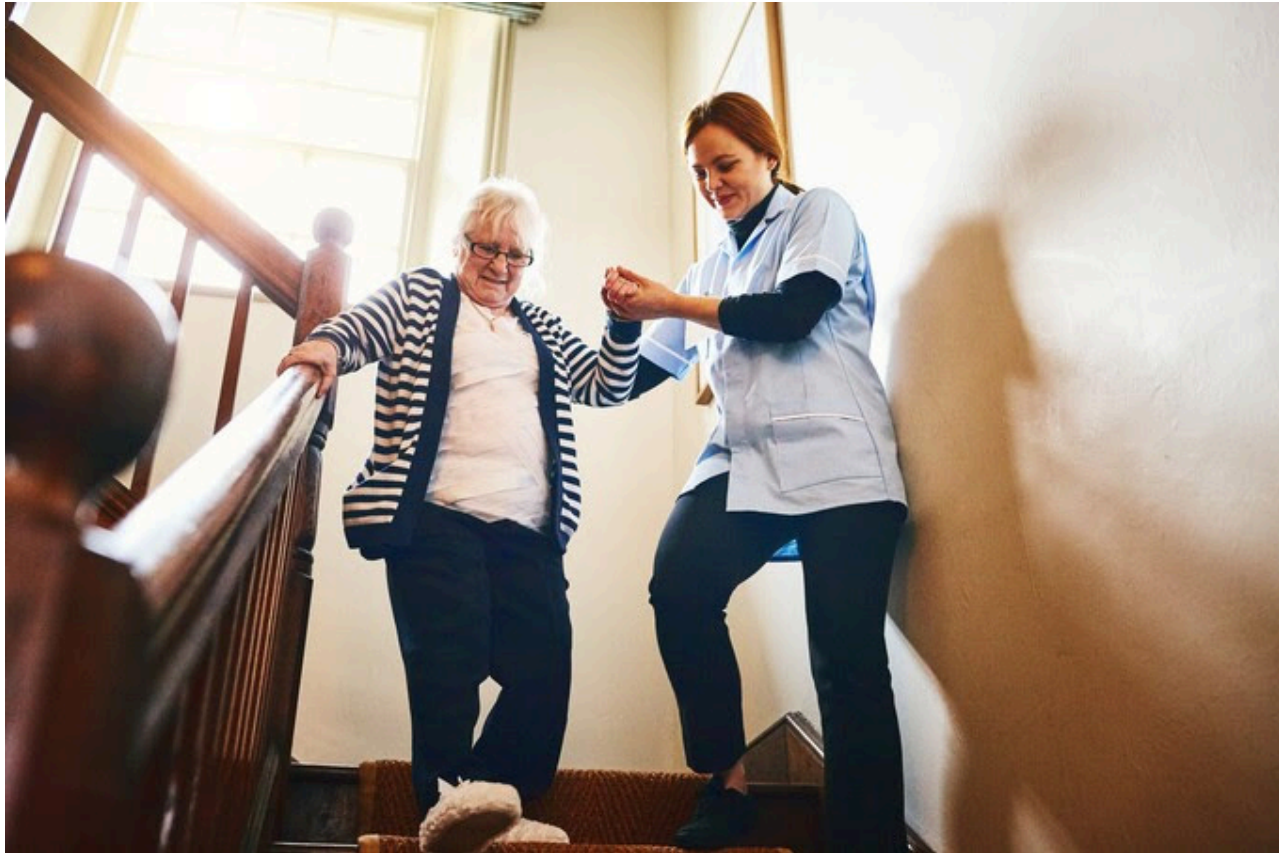
(Bitte nicht verwechseln: „Entlastungsbudget“ und „Entlastungsbetrag“. Der monatliche Entlastungsbetrag von 131,00 Euro ist mit dem Entlastungsbudget nicht gemeint.)

Für die Allgemeinheit der Pflegebedürftigen tritt das Entlastungsbudget erst zum 01.07.2025 in Kraft und beträgt dann **3.539,00 Euro** (aktuell: 2.418,00 Euro).

Damit einher geht auch eine Vereinheitlichung der Voraussetzungen für Verhinderungspflege und Kurzzeitpflege. Es gilt nicht mehr die Voraussetzung von mindestens 6 Monaten vorangegangener häuslicher Pflege bei der Verhinderungspflege. (Vgl. [SGB XI §42a](#) sowie [Reform der Pflegeversicherung](#))

e) Pflegeunterstützungsgeld

Das Pflegeunterstützungsgeld hilft berufstätigen pflegenden Angehörigen, ihre Erwerbsarbeit und ihre Pflegeverantwortung besser miteinander zu vereinbaren. In akuten Notsituationen der Pflege können Sie sich so von der Arbeit freistellen lassen, ohne auf Ihr Einkommen zu verzichten. Seit 2024 kann diese Leistung nicht nur einmal pro Pflegefall beansprucht werden, sondern jedes Jahr aufs Neue. (Vgl.: [Entlastungsleistungen/#anspruch](#) und auch [PUEG](#))



f) Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen

Zur Verbesserung der Lebensbedingungen in der eigenen Wohnung kann die Krankenkasse bestimmte Umbaumaßnahmen fördern. Dazu kann sie einen fixen Betrag pro erforderliche Maßnahme bewilligen. So sind z.B. Türverbreiterungen, Badumbau oder der Einbau eines Treppenliftes als unterschiedliche Maßnahmen zu sehen. Eine enge Abstimmung mit der Krankenkasse vor Beauftragung von Umbauten ist ratsam, da i.d.R. Kostenvoranschläge eingereicht werden müssen. Der unter bestimmten Voraussetzungen zur Verfügung stehende Betrag für „Maßnahmen zur barrierearmen Umgestaltung des Wohnumfelds“ erhöht sich ab 2025 auf **4.180,00 Euro** pro Maßnahme (zuvor 4.000,00 Euro). (Vgl. auch [Verbraucherzentrale: Pflegeleistungen 2025](#))

g) Pflegehilfsmittel

Pflegebedürftigen Personen in häuslicher Pflege haben Anspruch auf „Pflegehilfsmittel zum Verbrauch“. Dazu gehören z.B. Desinfektionsmittel, Handschuhe oder Bettschutzeinlagen oder auch FFP2-Masken. Ab Januar 2025 erhöht sich der Höchstbetrag für diese Pflegehilfsmittel von 40,00 Euro monatlich auf 42,00 Euro monatlich für alle Pflegegrade. (Vgl.: [Pflege abc](#))

Weiteres zum Thema „Entlastungsleistungen“ (inkl. Pflege, Schulungen, Steuern) finden Sie auf unserer Website unter [Entlastungsleistungen](#) oder [Gut zu wissen](#).

2. Weihnachten 2024 – „Oma braucht Hilfe“

Weihnachten wird in diesem Jahr für viele Familie wieder eine große organisatorische Herausforderung. Und vielleicht fällt den Beteiligten vor Ort zusätzlich auf, dass es auch sonst nicht mehr wie früher ist. Oma ist nicht mehr so mobil und wirkt in ihren Bewegungen oft unsicher. Sie kann Unterhaltungen nicht mehr folgen und kommt den Anwesenden auch in den eigenen Räumen häufig orientierungslos und verloren vor. Eine Entwicklung, die allen Beteiligten nahegeht, aber auch zeigt, dass nun konsequentes Handeln erforderlich ist. Zum einen, um ihr den Alltag spürbar zu entlasten, zum anderen um sicher zu stellen, dass sie in den eigenen vier Wänden gut aufgehoben ist. Und jemand da ist, der auf sie aufpasst und ihr im Haushalt hilft. Den Angehörigen ist diese persönliche und intensive Zuwendung aufgrund der häuslichen Entfernung oder der Arbeitszeiten oft nicht möglich.

wecare24 bietet Senioren und deren Angehörigen Unterstützung in den eigenen vier Wänden an. In einem persönlichen Beratungsgespräch wird gemeinsam der individuelle Betreuungs- und Pflegebedarf ermittelt und dabei natürlich die finanziellen Möglichkeiten jedes Einzelnen berücksichtigt (www.we-care-24.de/).



3. Demenz: dem “Vergessen” entgegenwirken

Der sprichwörtliche Knoten im Taschentuch: Er soll als Gedächtnisstütze dienen. Vorausgesetzt, der Besitzer erinnert sich noch an den Grund für das Verknoten. Oft ist nämlich genau das Gegenteil der Fall. Dann erinnert der Knoten lediglich daran, etwas vergessen zu haben. Aber was?

Ein ungutes Gefühl macht sich breit, das verunsichern kann. Ist das ein erstes Anzeichen der Demenz? Besonders ältere Menschen stellen sich häufig diese Frage. Dabei besteht erst einmal kein Grund zur Sorge. Zwar nimmt mit dem Alter die Leistungsfähigkeit des Hirns ab und die Vergesslichkeit zu, eine Demenzerkrankung muss deswegen jedoch nicht vorliegen. Wer sich mit dem Leistungsschwund dennoch nicht abfinden will, kann dem Vergessen mit gezielten Methoden entgegenwirken und so auch einer möglichen Demenz vorbeugen. Besonders wirkungsvoll ist dafür das sogenannte Gehirnjogging.



Abwechslungsreicher Denksport aktiviert die grauen Zellen

Gehirnjogging ist Denksport. Es fördert die Auffassungsgabe und hilft dabei, Sachverhalte zu verknüpfen. Entwickelt Anfang der 1990er-Jahre, präzisierter der deutsche Psychologe Siegfried Lehrl den Begriff 1992 unter dem Ausdruck „Mentales Aktivierungstraining“ (MAT). Eine wichtige Unterscheidung. Sie räumt auf mit dem Irrglauben, das Gehirn könne wie ein Muskel trainiert werden. Denn ganz so einfach ist es nicht. Dazu ist das menschliche Gehirn viel zu komplex. Richtig ist jedoch: Mit gezielten Übungen lassen sich unterschiedliche Regionen im Gehirn aktivieren. Wichtig dabei ist, regelmäßig für Abwechslung zu sorgen. Denn einseitiges Training verbessert lediglich einzelne Teilbereiche. Ein Beispiel: Wer nur Worträtsel löst, verbessert zwar seinen Sprachschatz, das Erinnerungsvermögen oder Zahlenverständnis hingegen nicht. Wirkungsvolles Gehirnjogging sollte deshalb breit aufgestellt sein.

Jede Fähigkeit erfordert spezielles Training

Beim Gehirnjogging handelt es sich um Übungen für zu Hause oder unterwegs. In der Regel nehmen sie nur ein paar Minuten Zeit in Anspruch, Interessierte sollten sie allerdings regelmäßig wiederholen. Neben speziellen Übungsbüchern gibt es auch verschiedene Internetseiten, die kostenlose Denkspiele anbieten.

Idealerweise konzentrieren sich die Übungen beim Gehirnjogging auf sechs Fähigkeiten:

- 1. Die Räumliche Orientierung.** Sie hilft, den Überblick zu behalten und sich an Wege zu erinnern.
- 2. Die Alltagsentscheidungen.** Denn ein wacher Geist ist schneller entscheidungsfähig.
- 3. Das Verständnis von Zusammenhängen.** Es ermöglicht, Gesprächen oder Nachrichten konzentrierter zu folgen.
- 4. Der Wortschatz.** Diese Übungen erweitern oder erhalten das Vokabular.
- 5. Die Zahlenbeherrschung.** Sie erleichtert das tägliche Kopfrechnen – etwa im Supermarkt.
- 6. Das Gedächtnis.** Regelmäßig trainiert, hilft es dabei, sich Dinge besser merken zu können.

Sinnvoll für alle Altersklassen

Wer glaubt, Gehirnjogging sei nur etwas für ältere Generationen, liegt falsch. Denn davon profitieren Jung und Alt gleichermaßen. Das belegt eine Studie von Wissenschaftlern des Karolinska-Instituts in Stockholm und der University of Eastern Finland aus dem Jahr 2015. Sie stellten fest, dass eine Kombination von Kraft- und Ausdauertraining, gesunder Ernährung sowie regelmäßigem Gehirntaining die kognitiven Fähigkeiten der Teilnehmer um 25 Prozent steigern ließ. Krankenkassen empfehlen deshalb Gehirnjogging auch als Präventionsmaßnahme, beispielsweise um einer Demenzerkrankung vorzubeugen. Bei ADHS-, Depressions- und Burn-out-Patienten werden die Übungen zudem therapiebegleitend eingesetzt. Heißt: Auch, wenn Gehirnjogging weder Erkrankungen verhindern noch heilen kann – schaden tut es sicher nicht, um die Gedächtnisleistung langfristig zu erhalten.

Kostenlos Online üben:

www.apotheken-umschau.de/Gehirnjogging

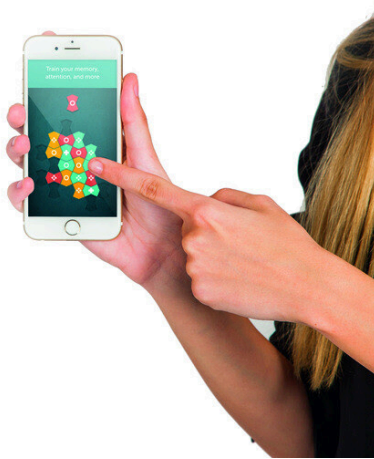
www.brain-fit.com

www.bernhard-gaul.de/spiele/spiele.php

www.brain-fit.com/

blog.neuronation.com/de/der-gehirnjogging-effekt/

4. Sinnvolle Gratis-Apps, die den Alltag erleichtern



„NeuroNation“ – individualisiertes Gehirnjogging

Mit der Spiele App „NeuroNation“ erwartet Sie viele Übungen und personalisierte Trainings, die das Gehirn effektiv trainieren. Die Übungen und Kurse bieten dabei unterschiedliche Kategorien und trainieren Intelligenz, Gedächtnis und Aufmerksamkeit. Das Besondere an NeuroNation ist, dass die Übungen individualisiert sind, d.h. das Schwierigkeitslevel wird stets an die individuelle Leistung angepasst.

(blog.neuronation.com/de/der-gehirnjogging-effekt/)

„Senioren mit Smartphone“ – einfaches Smartphone Handbuch für Senioren

Hier können Sie alles über die wichtigsten Symbole, über die Steuerung, Funktionen und die wichtigsten Apps wie WhatsApp lernen. Die App deckt die wichtigsten Fragen von Senioren rund um das Thema Smartphone ab und dient zum Nachschlagen von Informationen. Darin enthalten sind außerdem ein QR-Scanner und Tipps der Woche.

(www.gewohnt-mobil.de/besten-apps-fuer-senioren/)

E-Mails und SMS diktieren mit „Dragon Anywhere“

Die deutsche Spracherkennungssoftware der App „Dragon Anywhere“ hilft beim Verschicken von E-Mails und SMS. Einfach diktieren und innerhalb von Sekunden erscheint der Text auf dem Smartphone (mit Korrekturfunktion) und ist bereit zum Versenden. (Hinweis: nur die Testversion ist kostenlos.)

Digitaler Zeitvertreib mit „Kreuzwörterrätsel pur“

Das Lösen von Kreuzwörterrätseln macht nicht nur Spaß, sondern hilft auch dabei das Gehirn fit zu halten. Die kostenfreie App „Kreuzwörterrätsel pur“ bietet drei Schwierigkeitsgrade. Hilfreich: Die Antwortfelder lassen sich per Zoom vergrößern.

Sturzrisiken ermitteln mit „Lindera Sturz-App“

Diese App für Senioren kann von potenziell Betroffenen und Angehörigen eingesetzt werden, um mittels präziser Analysen mögliche Stürze vorherzusagen und diesen entgegenzuwirken. (lindera.de/)

Medikamentenerinnerung mit „MyTherapy“

Die kostenlose App ist Medikamenten-Wecker und Gesundheitstagebuch in einem. Denn sie erinnert nicht nur an die regelmäßige Einnahme von Tabletten, sondern in ihr können auch Aktivitäten sowie Symptome und Messwerte wie Bluthochdruck oder Blutzucker dokumentiert werden. Sie hilft dabei, den Therapieverlauf im Auge zu behalten. (www.mytherapyapp.com/de)

„Smart BP“ – einfach zu bedienende App für das Blutdruckmanagement

Mithilfe dieser App wird der Blutdruck überwacht und persönlichen Messungen gespeichert und analysiert. Dabei können Sie selbst die Blutdruckwerte verfolgen, aufzeichnen, aktualisieren und weitergeben und so z.B. die Kommunikation mit Ärzten erleichtern. (de.smartbp.app/)

5. Buchtipp zum Jahreswechsel

Unser Buchtipp zum Jahresende: "Zahncreme auf Spaghetti - Sinn und Sinnlichkeit in der Alltagsgestaltung von Menschen mit Demenz." Die Themen reichen unter anderem von Fragen der Hauswirtschaft, Musiktherapie, Humor bis hin zu Sexualität – um nur einige

der 30 im Buch behandelten Aspekte zu nennen. (Fachbuch: Zahncreme auf Spaghetti)



Aktuelle pflegerelevante Fragestellungen und nützliche Tipps für die häusliche Betreuung finden Sie in weiteren wecare24 Pflegebriefen auf unserer Website unter: www.we-care-24.de/pflegebriefe/

Dort geht es u.a. um folgende Themen:

- Plötzlich pflegebedürftig, was nun?
- Wenn Angehörige zu Betreuungskräften werden
- Pflegeberatung und Angehörigenschulung (§45 SGB XI)
- Entlastungsleistungen und kostenlose Hilfe für Angehörige
- Vollmachten
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- Steuerliche Absetzbarkeit der Pflegekosten
- Wenn Kassen Leistungen ablehnen
- Pflegegradrechner
- Wer wir sind, was wir tun
- Betreuungskraft mit Führerschein
- Parken auf Behindertenparkplatz
- Buchtipps

wecare24 bietet Senioren, erkrankten und verunfallten Personen und deren Angehörigen Unterstützung in den eigenen vier Wänden an. In einem persönlichen Beratungsgespräch wird gemeinsam der individuelle Betreuungs- und Pflegebedarf ermittelt und dabei natürlich die finanziellen Möglichkeiten jedes Einzelnen berücksichtigt.

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.we-care-24.de oder telefonisch unter 040 - 68 99 64 83.

Hier steht Ihnen Informationsmaterial zum Download bereit:

[Broschüre im pdf-Format](#)

[Website](#)

[Pflegebriefe](#)

Für Fragen oder eine telefonische Kontaktaufnahme, klicken Sie bitte auf folgenden Link und hinterlassen Sie eine Nachricht für einen Rückruf.

Wir werden uns schellstmöglich mit Ihnen in Verbindung setzen.

[Kontaktlink](#)

Mit freundlichen Grüßen

Roland Rother & André Weber

wecare24

Wenn Sie dauerhaft den Pflegebrief abstellen möchten, senden Sie uns bitte eine Nachricht an:
pflegebrie@we-care-24.de

wecare24

[Schenkendorfstraße 22](#)

22085 Hamburg

Tel. 040 - 68 99 64 83

Fax. 040 - 22 74 89 43

Email info@we-care-24.de

Web www.we-care-24.de

Mitgliedschaften: VHBP & GVN

