

Information, Beratung  
und Unterstützung  
für Thüringer Pflegende

pflege

FAMILIE

PFLEGEDIENST

# Wo erhalten Thüringer Beschäftigte mit Pflegeaufgaben Informationen, Beratung und Unterstützung?

Erster Ansprechpartner zum Thema Pflege ist die Pflegeberatung der Krankenkasse (= Pflegekasse) des Pflegebedürftigen, bei der auch der Antrag auf Feststellung der Pflegebedürftigkeit gestellt wird.

Vor der persönlichen Kontaktaufnahme bieten die Internetportale der Kassen bereits zahlreiche Informationen zur Angehörigenpflege sowie einen Überblick über vorhandene Angebote (Servicetelefone, Online-Pflegeberater etc.).

Darüber hinaus stehen pflegenden Angehörigen in Thüringen weitere Unterstützungs- und Beratungsangebote zur Organisation der Pflege zur Verfügung. In Abhängigkeit von den regionalen Gegebenheiten können Sie sich u.a. wenden an:

- › Sozialämter, Bürger- und Seniorenbüros,
- › gemeinnützige Verbände / Wohlfahrtsverbände (Caritas, Diakonie, DRK, AWO, Johanniter etc.) und
- › Pflegedienstleister (ambulante und stationäre Pflegeeinrichtungen).

**i** Eine Übersicht zu den bei Ihnen vor Ort vorhandenen Pflegedienstleistern und Betreuungsangeboten erhalten Sie i.d.R. auf der Internetseite Ihrer Stadt oder Ihres Landkreises bzw. auch in den Seniorenratgebern (wenn vorhanden).

Außerdem wurden in Thüringen neutrale Beratungsstellen (z.B. die Pflegestützpunkte für die Region Jena, den Landkreis Nordhausen, den Kyffhäuserkreis sowie die Pflegenetze in Erfurt und Eisenach) eingerichtet. Diese bieten als direkte Anlaufstellen für Versicherte der Pflegeversicherung und deren Angehörige umfassende Information, unabhängige und kostenfreie Beratung und Begleitung rund um die Pflege. Dazu gehört neben der konkreten Hilfe, z.B. bei der Be-antragung einer Pflegestufe, insbesondere auch die Unterstützung pflegender Angehöriger dabei, mit der neuen Situation umzugehen.

## Wie sieht die Unterstützung der Pflegeberatungsstellen konkret aus?

Hier erhalten Sie u.a. Informationen zu:

- › allen Fragen der Pflegebedürftigkeit
- › geeigneten Wohn- und Betreuungsformen
- › örtlichen Versorgungsstrukturen (ambulante und stationäre Pflegeanbieter)
- › Hilfsangeboten im Wohnumfeld
- › Unterstützungsangeboten (Essen auf Rädern, Haushaltshilfen etc.)
- › Möglichkeiten der Wohnraumanpassung
- › Angebote für Freizeit- und Aktivitätsgestaltung
- › Hilfen für Angehörige (z.B. Pflegekurse)

## Pflegeberatungsstellen in Thüringen

### Pflegestützpunkt Jena

Goethegalerie  
Goethestraße 3b, Büroaufgang B (2. Etage)  
07743 Jena

Ansprechpartnerin:  
Karin Gerlach

Tel.: 03641 507660  
Handy: 0162 2663231  
Fax: 03641 507501  
E-Mail: kontakt@pflegestuetzpunkt-jena.de  
Internet: www.pflegestuetzpunkt-jena.de  
Sprechzeiten: Montag / Mittwoch 9 – 14 Uhr  
Dienstag / Donnerstag 14 – 18 Uhr  
und Termine nach Vereinbarung  
sowie Hausbesuche

### Pflegestützpunkt des Kyffhäuserkreises

Landratsamt Kyffhäuserkreis  
Jugend- und Sozialamt  
Markt 8  
99706 Sondershausen

Ansprechpartnerin:  
Angela Görg 03632 741-650  
Antje Ziegelmann

telefonische  
Erreichbarkeit: Montag/Mittwoch/Freitag 9 – 12 Uhr

Fax: 03632 741-88561  
E-Mail: pflegestuetzpunkt@kyffhaeuser.de  
Internet: www.kyffhaeuser.de (Bürgerservice)  
Sprechzeiten: Dienstag 9 – 12 Uhr / 13 – 18 Uhr  
Donnerstag 9 – 12 Uhr / 13 – 16 Uhr

Sprechzeiten außerhalb des Landratsamtes:

- › Dienststelle Artern, An der Promenade 10  
(jeden Freitag 9 – 12 Uhr)

### Pflegenetz Erfurt

Juri-Gagarin-Ring 56a  
99084 Erfurt

Ansprechpartnerin:  
Simone Hofmeister

Tel.: 0361 655 6350  
0361 5506 4160

Telefonische  
Sprechzeiten: Montag 9 – 15 Uhr (auch vor Ort)  
Dienstag 9 – 15 Uhr  
Mittwoch 9 – 15 Uhr  
Donnerstag 9 – 15 Uhr  
Freitag 9 – 12 Uhr (auch vor Ort)

### Pflegenetz Eisenach

Schillerstraße 2  
99817 Eisenach

Ansprechpartnerin:  
Irina Kost 03691 260411  
0171 2467111

Sprechzeiten: Montag 10 – 12 Uhr  
Dienstag 9 – 12 Uhr  
Donnerstag 10 – 17 Uhr

## Pflegestützpunkt Landkreis Schmalkalden-Meiningen

Obertshäuser Platz 1 Haus II / Zimmer 147  
98617 Meinigen

Ansprechpartnerin: Carolin Herchenhahn

Telefon: 03693/485-8544  
Fax: 03693/485-8570  
E-Mail: pflegestuetzpunkt@lra-sm.de  
Internet: www.lra-sm.de

Die telefonische Erreichbarkeit des Pflegestützpunktes ist zu folgenden Zeiten möglich:

Montag bis Mittwoch: 8.30 – 12 Uhr / 13 – 15.30 Uhr  
Donnerstag: 8.30 – 12 Uhr / 13 – 17.30 Uhr  
Freitag: 8.30 – 12 Uhr

Die Sprechzeiten sind offen und ohne Termin möglich:

Montag bis Dienstag: 8.30 – 12 Uhr  
Mittwoch: geschlossen  
Donnerstag: 8.30 – 12 Uhr / 13 – 17.30 Uhr  
Freitag: 8.30 – 12 Uhr

## Pflegenetz des Landkreises Sömmerda

Landratsamt Sömmerda  
Bahnhofstraße 9  
99610 Sömmerda

Ansprechpartnerinnen:  
Frau Hocke und Frau Kurch  
Telefon: 03634 354-792

Stiftung Finneck – Koordinierende Stelle  
Ansprechpartnerin: Frau Conrad  
Telefon: 03634 692-957-3  
E-Mail: pflegenetz@lra-soemmerda.de

## Pflegestützpunkt Weimar

Carl-Gärtig-Str. 25 und Marcel-Paul-Str. 48d  
99427 Weimar

Ansprechpartnerin: Anja Benke

Telefon: 03643 2527998  
Handy: 0176 62184980  
E-Mail: pflegestuetzpunkt@htg.de  
Internet: www.htg.de

Sprechzeiten:  
Mo#A ]# f 9 – 12 Uhr (Marcel-Paul-Str. 48d)  
Di/Do 13 – 17 Uhr (Carl-Gärtig-Str. 25)  
Termine nach Vereinbarung sowie Hausbesuche

**i** Ergänzend zur individuellen Pflegeberatung vor Ort stehen pflegenden Angehörigen u.a. folgende überregionale Informations- und Beratungsangebote zur Verfügung:

### Bundesministerium für Gesundheit

- › Bürgertelefon zur Pflegeversicherung  
Tel.: 030 3406066-02  
Montag – Donnerstag 8 – 18 Uhr  
Freitag 8 – 15 Uhr
- › Pflegeleistungs-Helfer  
Digitaler Ratgeber für Pflegeleistungen  
[www.bundesgesundheitsministerium.de](http://www.bundesgesundheitsministerium.de)  
(Themen/Pflege)

### Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

- › Servicetelefon „Wege zur Pflege“  
Tel.: 030 20179131  
Montag – Donnerstag 9 – 18 Uhr
- › Informationsportal  
[www.wege-zur-pflege.de](http://www.wege-zur-pflege.de)

### Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben

FamilienpflegeZeit-Rechner inkl. weiterführender Informationen  
[www.bafza.de](http://www.bafza.de)  
(Aufgaben/Familienpflegezeit)

### AWO Bundesverband e.V.

Online-Pflege- und Seniorenberatung  
[www.awo-pflegeberatung-online.de](http://www.awo-pflegeberatung-online.de)  
Tel.: 0800 6070110

### Verband der Ersatzkassen e.V.

Suche nach Beratungsangeboten, Betreuungsangeboten und Pflegeeinrichtungen  
[www.pflegelotse.de](http://www.pflegelotse.de)

### Online-Beratung für pflegende Angehörige

Persönliche, psychologische Beratung bei seelischer Belastung  
[www.pflegen-und-leben.de](http://www.pflegen-und-leben.de)

# Pflegebegleiter/innen in Thüringen

Pflegebegleiter/innen sind qualifizierte Freiwillige im Ehrenamt, die Pflegenden kostenlos Hilfe und fachliche, persönliche und gesellschaftliche Unterstützung anbieten.

**i** Mehr Informationen unter:  
[www.alzheimer-thueringen.de](http://www.alzheimer-thueringen.de)

## Wie sieht die Unterstützung der Pflegebegleiter/innen konkret aus?

Die qualifizierten Pflegebegleiter/innen gehen zu den pflegenden Angehörigen nach Hause, um ihnen die Inanspruchnahme von Hilfe und Unterstützung zu erleichtern. Sie bieten Hilfe zur Selbsthilfe. Dabei pflegen Pflegebegleiter/innen nicht selbst, sondern begleiten die Angehörigen bei ihrer anspruchsvollen Aufgabe.

## Aufgaben der Pflegebegleiter/innen:

- › persönliche Gespräche mit den pflegenden Angehörigen zu Fragen und Problemen in der häuslichen Pflege,
- › Helfen beim Auffinden des richtigen Pflegeangebotes,
- › Weitergabe von Informationen zu Entlastungsmöglichkeiten und Hilfsangeboten vor Ort und
- › Anregungen geben zur Gestaltung des Pflegealltags.

In Thüringen bestehen an 13 Standorten ehrenamtliche Pflegebegleiter-Initiativen:

### Pflegebegleiter-Standort Leinefelde-Worbis

DRK-Kreisverband Eichsfeld e.V.  
Ohmbergstraße 2 | 37339 Leinefelde-Worbis  
Tel.: 036074 96414

### Pflegebegleiter-Standort Bad Langensalza

AWO Bad Langensalza e.V.  
Thomas-Münzter-Platz 3 | 99947 Bad Langensalza  
Tel.: 03603 3981618

### Pflegebegleiter-Standort Eisenach

Diako Westthüringen gGmbH Freiwilligenagentur  
Markt 2 | 99817 Eisenach  
Tel.: 03691 670249

### Pflegebegleiter-Standort Erfurt

Beratungs- und Kompetenzzentrum des Schutzbundes der Senioren und Vorrueständler Thüringen e.V.  
Juri-Gagarin-Ring 64 | 99084 Erfurt  
Tel.: 0361 2620735

### Pflegebegleiter-Standort Bad Lobenstein

Diakoniestiftung Weimar Bad Lobenstein  
Graben 1 | 07356 Bad Lobenstein  
Tel.: 03661 397723

### Pflegebegleiter-Standorte Gera

Stadtverwaltung Gera, Dez. Soziales, Ehrenamtszentrale  
Kornmarkt 7 | 07545 Gera  
Tel.: 0365 8383027

Demokratischer Frauenbund Landesverband Thüringen e.V. Heinrichstraße 38 | 07545 Gera  
Tel.: 0365 77315845

### Pflegebegleiter-Standort Schleiz

Behindertenverband Saale-Orla-Kreis e.V.  
Oettersdorfer Str. 18 a | 07907 Schleiz  
Tel.: 03663 422886

### Pflegebegleiter-Standort Hildburghausen

Kreisdiakoniestelle Hildburghausen / Eisfeld  
Immanuel-Kant-Platz 3 | 98646 Hildburghausen  
Tel.: 03685 702695

### Pflegebegleiter-Standort Sonneberg

AWO Kreisverband Sonneberg e. V.  
Otto-Engert-Str. 2 | 98724 Neuhaus/Rennweg  
Tel.: 03679 756519

### Pflegebegleiter-Standort Unterwellenborn

Ökus e.V. | Maxhüttenstr. 17 | 07333 Unterwellenborn  
Tel.: 03671 46340

### Pflegebegleiter-Standort Weimar

AWO Kreisverband Jena-Weimar  
Soproner Str. 10 | 99427 Weimar  
Tel.: 03643 2499671 / -60

Möchten Sie auf die Hilfe und Unterstützung eines Thüringer Pflegebegleiters zurückgreifen, nehmen Sie bitte direkt Kontakt mit dem Pflegebegleiter-Standort in Ihrer Nähe auf.

Sind Sie darüber hinaus – aufgrund Ihrer individuellen Pflegesituation und Lebenslage – daran interessiert, sich mit anderen auf gleiche Weise geforderten Betroffenen auszutauschen, dann finden Sie Möglichkeiten zum Gespräch und Austausch in einer Selbsthilfegruppe.

**i** Eine Übersicht zu vorhandenen Selbsthilfegruppen in Thüringen finden Sie unter:  
[www.selbsthilfe-thueringen.de](http://www.selbsthilfe-thueringen.de)