PFLEGE WEGWEISER NRW
Für Pflegebedürftige und Angehörige

Hilfebedürftige Menschen und pflegende Angehörige schaffen ihren Alltag besser, wenn sie Unterstützung bekommen – z.B. bei der Hausarbeit, bei der Betreuung oder bei der Begleitung zum Arzt. Die Pflegeversicherung ermöglicht über den **Entlastungsbetrag**, dass solche Alltagshilfen bezahlt werden können.

Die **Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz [externer Link]** unterstützen pflegebedürftige Menschen und ihre Familien, indem sie den Auf- und Ausbau von Alltags- und Entlastungsangeboten fördern. Sie stärken auch ehrenamtliche Strukturen für Pflege und Alltagshilfe und beraten zur Nachbarschaftshilfe. Sprechen Sie gerne eines der **Regionalbüros in Ihrer Nähe** an.

Die **Seniorenbüros in NRW [externer Link]** sind zentrale Anlaufstellen für ältere Menschen und ihre Angehörigen. Sie beraten kostenlos zu Fragen rund ums Älterwerden und vermitteln passende Hilfs- und Freizeitangebote.

Wo finde ich Alltagshelfer?

Sogenannte **"Angebote zur Unterstützung im Alltag"** sind Hilfen, die Pflegebedürftige und pflegende Angehörige organisatorisch oder praktisch in ihrem Pflegealltag entlasten.

Beispiele:

- Hilfe im Haushalt (Putzen, Kochen, Einkaufen)
- Alltags- und Freizeitbegleitung (Spaziergänge, Vorlesen, Arztbegleitung)
- Betreuung von Menschen mit Demenz
- Nachbarschaftshilfe durch geschulte Ehrenamtliche
- Gruppenangebote wie gemeinsames Kochen oder Bewegungsrunden

Schon mit Pflegegrad 1 besteht Anspruch auf den monatlichen **Entlastungsbetrag** von 131 €, über den die Alltagshilfen finanziert werden können. Ab Pflegegrad 2 können zusätzlich bis zu **40 % der Sachleistungen umgewandelt** werden – so lassen sich vielfältige Angebote zur Unterstützung im Alltag flexibel nutzen.

In NRW können Alltagshilfen nur dann über die Pflegekasse abgerechnet werden, wenn sie zuvor von der zuständigen Behörde **offiziell anerkannt** wurden. Die Angebote werden von geschulten Ehrenamtlichen, anerkannten Dienstleistern oder Nachbarschaftshelfenden erbracht.

Anerkannte Anbieter in NRW finden Sie beim **Angebotsfinder NRW** [externer Link].

Das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales (MAGS) NRW hält für Ratsuchende eine **Broschüre zum Thema** bereit.

Die **Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz**[externer Link]beraten Sie kompetent zu verschiedenen Angeboten und Entlastungsmöglichkeiten vor Ort.

Wie kann ich Nachbarschaftshilfe abrechnen?

Nachbarschaftshilfe bedeutet, dass freiwillige Helfer:innen Menschen im Alltag unterstützen – zum Beispiel beim Einkaufen, Spazierengehen oder bei Arztbesuchen. Diese Unterstützung ist keine professionelle Pflege, sondern eine alltagsnahe Begleitung.

Die Nachbarschaftshilfe basiert auf Ehrenamtlichkeit, ein Entgelt oder Stundenlohn für die Leistungen gibt es daher nicht. Nachgewiesene Auslagen oder eine pauschale Aufwandsentschädigung können aber monatlich bis zur Höhe des **Entlastungsbetrages** (131 Euro) über die Pflegekasse erstattet werden.

Wer darf helfen und abrechnen?

- Menschen aus der Nachbarschaft, dem Freundeskreis
- Keine engen Verwandten bis zum zweiten Grad
- Sie dürfen nicht im selben Haushalt leben
- Keine eingetragenen Pflegepersonen

Wer in NRW Nachbarschaftshilfe leistet möchte, muss nachweisen,

- an einem Nachbarschaftshelfer- oder Pflegekurs teilgenommen zu haben
  oder
- das **Informationsangebot** der Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz zu kennen.

Tipp: Alle wichtige Informationen finden Sie auf der Webseite **Nachbarschaftshilfe in NRW** [externer Link].

Der Pflegewegweiser NRW stellt ein umfassendes **FAQ zum Thema** bereit.

Die Verbraucherzentralen halten ein **Abrechnungsformular** [externer Link] für Sie bereit.

Was sind Senioren- und Pflegebegleiter?

Es gibt die unterschiedlichsten Namen für ehrenamtlich engagierte Menschen, die Pflegebedürftige und ihre Familien im Alltag unterstützen– durch Gespräche, Begleitung zu Terminen, organisatorische Hilfe oder schlicht durch das Dasein als verlässliche Ansprechperson.

Viele Kommunen und Wohlfahrtsverbände in NRW bilden diese Leute gezielt aus. Einige Beispiele sind:

- die **Stadt Bergheim** [externer Link], deren Fachstelle „Älterwerden“ ehrenamtliche Seniorenbegleiter:innen ausbildet
- die **Stadt Herdecke** [externer Link] mit einer 8-wöchigen Ausbildung zum Seniorenbegleiter
- die **Stadt Iserlohn** [externer Link] mit dem Ehrenamts-Dienst „Continue“
- die **Caritas für die Stadt Castrop-Rauxel** [externer Link]
- die **Stadt Dortmund** [externer Link] mit seinem ehrenamtlichen Senioren-Begleitservice.

In NRW gibt es auch interkulturelle Pflegebegleiter:innen, die Menschen mit Einwanderungsgeschichte unterstützen und in ihrer Muttersprache beraten. Beispiele:

- das Netzwerk **„Wir in Recklinghausen“** [externer Link] bildet interkulturelle Pflegelots:innen aus, die in ihren Communities über Pflegeangebote informieren.
- die Interkulturellen Pflege- und Gesundheitsberatende des **Kreises Paderborn** [externer Link].

Tipp:
Ratsuchende können sich an die **Seniorenbüros** [externer Link]oder **Seniorenvertretungen ihrer Kommune** wenden – die Ansprechpersonen dort kennen die lokalen Angebote am besten. Auch die **Pflegeberatung vor Ort** ist eine gute erste Adresse.

Im bundesweiten **Netzwerk Pflegebegleitung** [externer Link] engagieren sich Organisationen, Fachkräfte und Ehrenamtliche für ein gutes Leben im Alter, bei Pflege- und Unterstützungsbedarf.

"Radeln ohne Alter" - Draußen unterwegs trotz Einschränkung?

Radeln ohne Alter ist ein ehrenamtliches Angebot, das Menschen jeden Alters und mit jeder Form von Behinderung Ausflüge an der frischen Luft ermöglicht. Mit speziellen E-Rikschas fahren geschulte Freiwillige ihre Gäste sicher und gemütlich durch Parks, am Wasser entlang oder durch bekannte Stadtviertel – oft dort, wo man selbst schon lange nicht mehr gewesen ist.

Der **Service ist barrierefrei**: So gibt es auch Rikschas für Rollstuhlnutzer:innen, bei denen der eigene Rollstuhl direkt auf eine Plattform gefahren und sicher fixiert wird. Damit können auch Menschen mit starker Mobilitätseinschränkung unkompliziert teilnehmen. Wind- und Regenschutz, bequeme Sitzpolster und Decken sind inklusive.

Über 40 lokale Angebote von **Radeln ohne Alter in NRW** [externer Link] schaffen nicht nur schöne Erlebnisse, sondern bringt Menschen miteinander ins Gespräch und holen ein Stück Freiheit zurück ins Leben.

Finden Sie passende Anbieter in Ihrer Nähe über den **Angebotsfinder [externer Link]**.