

Der **Pflegestützpunkt** informiert!

Präventive Beratung

Bin ich pflegebedürftig?

Viele Menschen merken mit der Zeit, dass der Alltag nicht mehr ganz so leicht gelingt. Das Gehen fällt schwerer, kleine Unsicherheiten nehmen zu und Angehörige machen sich Sorgen. Dennoch wird Unterstützung oft erst dann gesucht, wenn bereits akuter Handlungsbedarf besteht.

Dabei muss niemand pflegebedürftig sein, um sich beraten zu lassen. Die präventive Beratung des Pflegestützpunkts setzt genau hier an: Sie informiert frühzeitig über Unterstützungsmöglichkeiten und hilft dabei, Selbstständigkeit und Lebensqualität möglichst lange zu erhalten.

Ob es um mehr Sicherheit im Alltag, Sturzvorbeugung, Entlastung von Angehörigen oder die Orientierung im Pflege- und Hilfesystem geht – eine persönliche Beratung zeigt individuelle Lösungen auf und beantwortet offene Fragen.

Frühzeitig ins Gespräch zu kommen kann vieles erleichtern. Denn Vorsorge bedeutet auch, sich rechtzeitig zu informieren. Der Pflegestützpunkt berät bereits im Vorfeld von Pflegebedürftigkeit. Kommen Sie für eine präventive Beratung jederzeit gerne auf uns zu!

Alter und Sucht

Sucht im Alter ist ein oft unterschätztes Problem. Besonders Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit treten bei älteren Menschen häufiger auf, als viele vermuten. Da die Anzeichen oft mit normalen Alterserscheinungen verwechselt werden, bleibt eine Suchterkrankung häufig lange unentdeckt.

Betroffene Menschen können sich bei Bedarf an die Suchtfachambulanz der Caritas wenden.

Hier die Vorstellung des Teams der Suchtfachambulanz:

Der Zugang zu Suchtmitteln ist in unserer Gesellschaft sehr einfach, vor allem, wenn sie legal sind. Für viele von uns ist beispielsweise der Konsum von Alkohol normal und gehört in verschiedenen Situationen zum Leben einfach dazu. Dazu kommt, dass Suchtmittel erst einmal genau das tun, was sie tun sollen: sie machen angenehmes noch angenehmer, sie entspannen bei Stress, sie belohnen oder sie helfen beim

Verdrängen unangenehmer Gefühle. Über Jahre hinweg kann sich ein unauffälliges Konsummuster in zunächst schädlichen oder letztlich abhängigen Konsum wandeln, wobei dieser Wandel oft schleichend und in der eigenen Wahrnehmung fast unbemerkt vor sich geht. Eine Abhängigkeitserkrankung kann sich entsprechend auch erst im fortgeschrittenen Erwachsenenalter entwickeln, wenn die Herausforderungen neuer Lebensabschnitte wie das Ausscheiden aus dem Erwerbsleben, Verluste oder Krankheit nicht gut bewältigt werden können. Diese Dynamik hat meist gravierende Auswirkungen auf Betroffene aber auch deren soziales Umfeld. Einerseits kann eine Abhängigkeitserkrankung einen früher beginnenden geistigen und körperlichen Abbau und eine damit früher beginnende Pflegebedürftigkeit verursachen. Andererseits kann es auch für pflegende Angehörige eine große Herausforderung darstellen, die auch zur Überforderung werden kann. Entsprechend sind auch mit der Pflege betraute Menschen gefährdet, riskante oder auch abhängige Konsummuster zu entwickeln.

Wir vom Team der Caritas Suchtfachambulanz im Landkreis Aichach-Friedberg sind für alle Fragen rund um das Thema Konsum von Suchtmitteln oder auch Verhaltenssüchten wie Glücksspiel, Medienkonsum, Essstörung, Kaufsucht usw. zuständig. Wir beraten Betroffene sowie Personen aus deren sozialen Umfeld wie z.B. Angehörige, Freunde oder Bekannte. Wir bieten Beratungsgespräche in unserer Hauptstelle in Aichach sowie in unseren Außenstellen in Friedberg und Mering an. Bei Bedarf ist auch telefonische Beratung möglich. Wir klären mit Ihnen gemeinsam, ob Sie an unseren Gruppenangeboten teilnehmen möchten (u.a. Orientierungsgruppe, Angehörigengruppe, Frauengruppe, Männerrunde). Alle Angebote sind kostenfrei und unterliegen der Schweigepflicht.

Kontakt:

Suchtfachambulanz der Caritas
Münchener Straße 19
86551 Aichach
Tel: 08251 8864280
Fax: 08251 8721134
E-Mail:
suchtfachambulanz.aichach@
caritas-augsburg.de

Öffnungszeiten:

Mo., Mi., Fr.: 9 - 13 Uhr
Di.: 9 - 12 Uhr und 14 - 17 Uhr
Do.: 9 - 13 Uhr und 14 - 17 Uhr

Das Team der Caritas Suchtfachambulanz ist gerne für Sie da!



Von links: Marlene Lindermeir, Marion Zott, Philipp Frommelt, Marta Budna-Lamla, Miriam Bartenschlager, Alexander Kiefl, Veronika Arzberger

Hitzeschutz in der häuslichen Pflege – gut vorbereitet durch warme Tage



Gut durch den Sommer: So schützen Sie sich und Ihre Angehörigen bei Hitze

Heiße Sommertage können besonders für ältere und pflegebedürftige Menschen anstrengend sein. Mit ein paar einfachen Maßnahmen lässt sich die Belastung jedoch deutlich verringern.

Nehmen Sie Warnzeichen wie starke Müdigkeit, Verwirrtheit, dunklen Urin oder heiße, trockene Haut ernst. Sie können auf Flüssigkeitsmangel oder eine Überhitzung hinweisen. Sorgen Sie dann für Abkühlung, trinken Sie regelmäßig und holen Sie bei Bedarf ärztlichen Rat ein.

Empfehlungen des Bayerischen Staatsministeriums:

 **Viel trinken** – Wasserglas oder Trinkflasche

Trinken Sie regelmäßig über den Tag verteilt – auch wenn Sie keinen Durst verspüren. Wasser, Mineralwasser oder ungesüßte Tees sind besonders gut geeignet. Fällt das schwer, können wasserreiche Lebensmittel wie Gurken, Tomaten, Melonen oder Erdbeeren helfen, den Flüssigkeitshaushalt zu unterstützen. Pflegende Angehörige können das Trinken unterstützen, indem sie Getränke gut sichtbar bereitstellen und regelmäßig daran erinnern.

 **Leichte, helle Kleidung tragen**

Lüften Sie früh morgens oder in den Abendstunden und halten Sie Fenster sowie Rollläden tagsüber möglichst geschlossen. Leichte Kleidung, kühle Fußbäder oder ein feuchter Waschlappen im Nacken können zusätzlich für Erleichterung sorgen.

 **Anstrengung vermeiden**

Erledigen Sie Einkäufe oder Spaziergänge möglichst in den kühleren Morgen- oder Abendstunden. Vermeiden Sie körperliche Anstrengungen während der größten Mittagshitze und suchen Sie schattige Plätze auf.

 **Medikamente richtig lagern**

Hohe Temperaturen können die Wirkung mancher Medikamente beeinflussen. Achten Sie auf die Lagerungshinweise in der Packungsbeilage. Wenn Sie unsicher sind oder Fragen zu Ihren Medikamenten haben, wenden Sie sich an Ihre Ärztin oder Ihren Arzt oder lassen Sie sich in Ihrer Apotheke beraten.

 **Auf Warnzeichen achten**

Schwindel, starke Müdigkeit, Kopfschmerzen, Verwirrtheit oder Kreislaufbeschwerden können Anzeichen dafür sein, dass der Körper unter der Hitze leidet. Zögern Sie nicht, bei anhaltenden Beschwerden ärztliche Hilfe in Anspruch zu nehmen. In Notfällen wählen Sie den Notruf 112.

✦ **Unser Tipp:** Informieren Sie sich frühzeitig über angekündigte Hitzewellen und passen Sie Ihren Tagesablauf entsprechend an. Schon kleine Veränderungen helfen, gesund durch den Sommer zu kommen. Fragen Sie Ihre Nachbarn, ob sie in der heißen Zeit für Sie einkaufen können.

Das Pflege neuordnungsgesetz (PNOG): Was ist geplant – und was sollten Sie jetzt tun?

Das geplante **Pflege neuordnungsgesetz (PNOG)** nimmt Gestalt an. Viele pflegende Angehörige und Pflegebedürftige fragen sich, ob sie noch abwarten oder bestehende Ansprüche besser jetzt nutzen sollten.

Aktueller Stand (Ende Juli 2026)

Das Bundesgesundheitsministerium hat Anfang Juni 2026 einen Referentenentwurf für das Pflege neuordnungsgesetz veröffentlicht. Verbände und Fachorganisationen wurden inzwischen angehört und haben zahlreiche Stellungnahmen abgegeben.

Wichtig zu wissen: **Das Gesetz ist noch nicht beschlossen.** Das parlamentarische Verfahren läuft noch, sodass sich einzelne Regelungen bis zur Verabschiedung ändern können. Nach derzeitiger Planung sollen erste Änderungen frühestens zum **1. Januar 2027** in Kraft treten. Weitere Regelungen könnten erst 2028 folgen.

Was soll sich ändern?

Mit dem Gesetz verfolgt die Bundesregierung vor allem zwei Ziele:

- die finanzielle Stabilisierung der Pflegeversicherung,
- eine Neuordnung und teilweise Vereinfachung der Pflegeleistungen.

Nach dem aktuellen Entwurf sind unter anderem folgende Änderungen vorgesehen:

Neubewertung der Pflegegrade

Die Kriterien zur Einstufung in einen Pflegegrad sollen überarbeitet werden. Kritiker befürchten, dass künftig höhere Pflegegrade schwerer zu erreichen sein könnten.

Neuordnung der Leistungen

Einige Leistungsarten sollen zusammengeführt und einfacher gestaltet werden. Gleichzeitig sind bei einzelnen Leistungen Begrenzungen vorgesehen, um die Ausgaben der Pflegeversicherung zu reduzieren.

Mehr Beratung und Prävention

Geplant sind neue Angebote zur Pflegebegleitung sowie eine bessere Unterstützung von Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen.

Digitalisierung und weniger Bürokratie

Dokumentations- und Verwaltungsverfahren sollen vereinfacht und stärker digitalisiert werden.

Finanzierung der Pflegeversicherung

Zur langfristigen Sicherung der Pflegeversicherung sind verschiedene Änderungen bei Beiträgen und Leistungen vorgesehen.

✦ **Unsere Empfehlung: Bestehende Ansprüche jetzt nutzen**

Da noch nicht feststeht, welche Änderungen letztlich beschlossen werden, erscheint es sinnvoll, **bestehende Ansprüche nach der aktuellen Rechtslage möglichst auszuschöpfen und notwendige Anträge nicht unnötig aufzuschieben.**

Pflegegrad noch 2026 beantragen?

Wenn die Voraussetzungen bereits heute erfüllt sind, spricht vieles dafür, den Antrag noch in diesem Jahr zu stellen.

Das hat mehrere Vorteile:

- Leistungen können früher in Anspruch genommen werden.
- Sollte der Gesetzgeber die Voraussetzungen künftig verändern, würde der Antrag noch nach der derzeitigen Rechtslage gestellt.
- Außerdem wird über einen möglichen Bestandsschutz für Leistungsbezieher diskutiert. Ob und in welchem Umfang dieser umgesetzt wird, ist allerdings noch offen.

Unser Rat: Stellen Sie den Antrag nicht überhastet. Entscheidend ist, dass der tatsächliche Pflegebedarf gut dokumentiert und nachvollziehbar dargestellt werden kann.

Verhinderungspflege zeitnah abrechnen

Auch wenn Leistungen für das Jahr 2026 grundsätzlich noch innerhalb der geltenden Fristen abgerechnet werden können, empfiehlt es sich, bereits entstandene Kosten möglichst zeitnah bei der Pflegekasse einzureichen.

Dadurch vermeiden Sie mögliche Rückfragen, fehlende Unterlagen oder Unsicherheiten bei späteren Übergangsregelungen.

Entlastungsbetrag nicht verfallen lassen

Nutzen Sie den Entlastungsbetrag möglichst noch nach der derzeitigen Rechtslage – selbstverständlich nur für anerkannte Angebote, die Sie ohnehin in Anspruch nehmen möchten.

Es gibt derzeit keinen Vorteil, den Entlastungsbetrag bewusst auf eine spätere Reform zu verschieben. Wie die geplanten Änderungen ab 2027 tatsächlich ausgestaltet werden und welche Übergangsregelungen gelten werden, ist derzeit noch nicht abschließend geklärt.

Fazit

Das Pflegeneuordnungsgesetz befindet sich noch im Gesetzgebungsverfahren. Welche Regelungen am Ende tatsächlich beschlossen werden, ist derzeit noch offen.

Bis dahin gilt: **Nutzen Sie bestehende Leistungsansprüche nach der aktuellen Rechtslage.**

Schulungsreihe „Hilfe beim Helfen“: 01.10. bis 03.12.2026 in Aichach



Als pflegende Angehörige oder Zugehörige von Menschen mit Demenz wissen Sie, dass sich mit Diagnose und fortschreitendem Krankheitsverlauf die Begegnungen verändern, der Alltag ein anderer wird. Neben Momenten der Zuversicht erleben Sie vermutlich Verunsicherung Angst. Diesen Gefühlen und den damit verbundenen Anforderungen möchte die von der Deutschen Alzheimer Gesellschaft entwickelte Schulungsreihe „Hilfe beim Helfen“ begegnen. Das Wissen über Demenzerkrankungen und die damit verbundenen Bedürfnisse sind eine wichtige Basis, um dem Gegenüber würdig begegnen zu können. Auch die Selbstpflege der An- und Zugehörigen ist eine wesentliche Voraussetzung, um seelische und körperliche Grenzen zu erkennen und achtsam mit diesen umgehen zu können.

Unter fachkundiger Begleitung haben Sie die Möglichkeit, sich in einer Gruppe von maximal 14 Personen mit Ihren Erfahrungen auszutauschen und fachlichen Input zu erhalten. Die Gruppenzusammensetzung sowie die Moderationsperson bleibt während der gesamten Schulungsreihe dieselbe, so dass Sie sich untereinander kennenlernen und Vertrauen aufbauen können. Außerdem werden zu einzelnen Themen Fachreferentinnen aus der Region anwesend sein, die auf Ihre spezifischen Fragestellungen eingehen können.

Die Schulungsreihe beinhaltet 8 Module. Die Termine sind immer donnerstags von 17.30 bis 19.30 Uhr an unserer Außenstelle in Aichach, Stadtplatz 28 (Parkmöglichkeiten vorhanden.) Im Anschluss besteht bei einem kleinen Imbiss jeweils die Möglichkeit zu einem informellen Austausch bis 20.00 Uhr.

Ihre Anmeldungen richten Sie bitte bis 24.09.2026 an die Fachstelle für pflegende Angehörige am Landratsamt Aichach- Friedberg: E-Mail: angehoerigenfachstelle@lra-aic-fdb.de oder telefonisch unter: 08251/92 – 1234.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Weitere Infos zu den Inhalten und Terminen entnehmen Sie bitte dem **Flyer „Hilfe beim Helfen“ im Anhang!**

Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Herzliche Einladung zu unseren Tagen der offenen Tür!

Vom **18. bis 27. September 2026** findet die **7. Bayerische Demenzwoche** des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit, Pflege und Prävention statt. Ziel der Aktionswoche ist es, das Wissen über Demenz in der Bevölkerung zu erweitern, die Lebensqualität von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen zu verbessern sowie die gesellschaftliche Teilhabe und Akzeptanz Betroffener zu stärken.



Aus diesem Anlass lädt das **Sachgebiet Senioren | Pflege | Menschen mit Behinderung** des Landratsamts Aichach-Friedberg vom **22. bis 24. September 2026** zu **Tagen der offenen Tür** in seine Räumlichkeiten am **Stadtplatz 28 in Aichach** ein.

Die Veranstaltung richtet sich an **pflegende und interessierte Angehörige, Menschen mit Demenz, Fachkräfte sowie alle interessierten Bürgerinnen und Bürger**. Die Fachstelle für pflegende Angehörige möchte mit vielfältigen Informationsangeboten, Vorträgen und persönlichen Gesprächen für das Thema Demenz sensibilisieren und Raum für Austausch schaffen.

Ein besonderes Angebot ist der **Demenzsimulator**, der an mehreren Stationen einen Einblick in die Wahrnehmung und das Erleben eines Menschen mit Demenz ermöglicht. Die Teilnehmenden können Erfahrungen sammeln, die helfen, die Herausforderungen und Bedürfnisse Betroffener besser zu verstehen und mehr Verständnis für deren Alltag zu entwickeln. Mitarbeitende der Fachstelle begleiten Interessierte am **22. und 24. September jeweils ab 14.00 Uhr** sowie am **23. September von 9.00 bis 17.00 Uhr** durch die verschiedenen Stationen.

Kostenfreie Vorträge:

- **Di., 22.09. 2026/17.30 Uhr; Fachstelle für pflegende Angehörige;**
Thema: Gelingende Kommunikation mit Menschen mit Demenz
- **Mi., 23.09.2026/16.00 Uhr; Fachstelle für pflegende Angehörige**
Thema: Gelingende Kommunikation mit Menschen mit Demenz
- **Mi., 23.09.2026/11.00 Uhr; Betreuungsstelle**
Thema: Vorsorgevollmacht
- **Mi., 23.09.2026/10.00 Uhr; Pflegestützpunkt**
Thema: Pflegebedarf - was nun?
- **Do., 24.09.2026/16:00 Uhr; Pflegestützpunkt**
Thema: Pflegebedarf - was nun?
- **Do., 24.09.2026/17.30 Uhr; Demenzfreundliche Bären-Apotheke Friedberg**
Thema: Ernährung bei Demenz

Schulung Ehrenamtlich tätige Einzelperson



Tagesschulung zur „Ehrenamtlich tätigen Einzelperson“ – Unterstützung für Menschen mit Pflegebedarf

Die kostenfreie Schulung findet am **Dienstag, 27. Oktober 2026, von 9.00 bis 17.00 Uhr im Kreislut Aichach** statt.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, **eine Anmeldung ist erforderlich bis zum 12. Oktober 2026.**

Wer einen Menschen mit Pflegebedarf im privaten Umfeld unterstützt, kann unter bestimmten Voraussetzungen Leistungen der Pflegeversicherung in Anspruch nehmen. Damit diese Unterstützung über die Pflegekasse abgerechnet werden kann, ist eine Anerkennung als „Ehrenamtlich tätige Einzelperson“ erforderlich.

Pflegebedürftige Menschen ab Pflegegrad 1 haben Anspruch auf Leistungen der Pflegeversicherung für Betreuungs- und Entlastungsangebote. Diese können nicht nur von professionellen Anbietern wie ambulanten Pflegediensten erbracht werden, sondern auch von Privatpersonen aus dem sozialen Umfeld. Wer beispielsweise eine Nachbarin oder einen Nachbarn stundenweise bei der Alltagsbewältigung oder im Haushalt unterstützt – ausgenommen sind Leistungen der Behandlungspflege – kann hierfür unter bestimmten Voraussetzungen eine Aufwandsentschädigung über die Pflegekasse erhalten.

Voraussetzung für die Anerkennung als Ehrenamtlich tätige Einzelperson ist neben der Erfüllung persönlicher Voraussetzungen die Teilnahme an einer eintägigen Schulung. Die ehrenamtlich tätige Person muss mindestens 16 Jahre alt sein, mit der pflegebedürftigen Person in einer gemeinsamen Sprache kommunizieren können und darf frühestens ab dem dritten Verwandtschaftsgrad (z. B. Neffe oder Nichte) mit dieser verwandt sein. Außerdem darf sie nicht mit der pflegebedürftigen Person in einem gemeinsamen Haushalt leben. Die gezahlte Aufwandsentschädigung muss unterhalb des gesetzlichen Mindestlohns liegen.

Die Tätigkeit erfolgt eigenverantwortlich und ist nicht an eine Organisation gebunden. Als klassische Form der Nachbarschaftshilfe findet keine Vermittlung durch Dritte an pflegebedürftige Menschen statt. Im Kurs werden unter anderem die rechtlichen Voraussetzungen, Fragen zum Versicherungsschutz sowie zur steuerlichen Behandlung der Aufwandsentschädigung behandelt. Personen, die bereits über eine anerkannte Qualifikation als Pflegeperson verfügen, benötigen diese Schulung nicht.

Das Landratsamt Aichach-Friedberg- Fachstelle für pflegende Angehörige bietet in Zusammenarbeit mit der Fachstelle für Demenz und Pflege Schwaben einen achtstündigen Qualifizierungskurs an und unterstützt die Teilnehmenden bei den notwendigen Formalitäten für die Anerkennung.

Für Rückfragen und Anmeldungen steht das Landratsamt Aichach-Friedberg, Fachstelle für pflegende Angehörige, gerne zur Verfügung:

E-Mail: angehoerigenfachstelle@lra-aic-fdb.de

Telefon: 08251 92-1238

Das Team des Pflegestützpunktes wünscht Ihnen eine gute Zeit!

Sabrina Penn

Kundry Stern

Theresia Völkl



Münchner Str. 9 | 86551 Aichach

Telefon: 08251 - 87 22 33

E-Mail: pflegestuetspunkt@lra-aic-fdb.de