



Gespräch mit dem Arbeitgeber

Das hilft dabei, Pflege und Berufstätigkeit zu vereinbaren:

- Werden Sie sich vorab darüber klar, welche Aufgaben Sie in der Pflege übernehmen können und wollen.
- Bauen Sie ein verlässliches Netzwerk von Mitpflegenden auf.
- Reden Sie mit Vorgesetzten und Kollegen offen über Ihre Lage. Was ist an Unterstützung am Arbeitsplatz möglich?
- Ideal ist, wenn Sie Ihre Arbeitszeit flexibel an die individuelle Pflegesituation anpassen können.
- Klären Sie Ihre telefonische Erreichbarkeit im Job, ebenso die Möglichkeit, in Notfällen die Arbeit auch unterbrechen zu können.

Kündigungsschutz

Pflegezeit und Familienpflegezeit können je nach persönlicher Lebenssituation kombiniert werden. Insgesamt kann die Arbeitszeit aber nicht länger als zwei Jahre reduziert werden. Von der Ankündigung bis zum Ende der Familienpflegezeit besteht für den Arbeitnehmer ein Kündigungsschutz.

Voraussetzungen

Die Pflegezeit gilt nur in Betrieben mit mehr als 15 Beschäftigten, die Familienpflegezeit in Firmen mit mindestens 25 Mitarbeitern. Sie müssen dem Arbeitgeber die Pflegezeit spätestens zehn Arbeitstage, die Familienpflegezeit acht Wochen vor Beginn schriftlich ankündigen.

Freiräume schaffen

Jemanden zu pflegen bedeutet viel Verantwortung. Die Belastung ist groß. Um wieder Kraft zu tanken, sind daher Auszeiten wichtig. Ihre AOK bietet Ihnen Unterstützung.

• Pflegeberatung der AOK

Speziell ausgebildete Mitarbeiter beraten Sie individuell. Sie kommen auf Wunsch auch zu Ihnen oder Ihren Angehörigen nach Hause und geben praktische Tipps für den Pflegealltag sowie für Ihre persönliche Entlastung.

• Kostenfreie Pflegekurse

Sie helfen, den Pflegealltag zu meistern. Fragen Sie bei Ihrer AOK danach.

• Pflegedienst suchen

Unter aok-pflegedienstnavigator.de finden Sie einen geeigneten Pflegedienst in Ihrer Region.



Die Auszeiten sind abhängig von der Größe des Unternehmens und müssen mit dem Arbeitgeber abgestimmt werden.



aok.de/pflege

Zahlreiche Informationen rund um die Pflege und die Leistungen der Pflegeversicherung sowie die AOK-Faktenbox Pflegeberatung finden Sie unter aok.de/pflege im Internet.

Impressum:

Eine Information Ihrer AOK. © wdv GmbH & Co. OHG, Siemensstr. 6, 61352 Bad Homburg. Druck: CEWE-PRINT GmbH, Oldenburg. Fotos: wdv-Bildservice; NounProject. Alle Fotos sind Symbolbilder. Stand: Februar 2018. **Bestell-Nr.: 093/121** (093/0121/00/99).

Auszeit vom Beruf

Beruf, Familie und Pflege vereinbaren



Zeit zum Pflegen

Ein Angehöriger braucht plötzlich Pflege. Was nun? Es gibt verschiedene Modelle, um die Pflege mit dem Beruf zu vereinbaren.



Arbeit, Pflege und Privatleben – alles aufeinander abzustimmen ist nicht einfach. Für die meisten Menschen, die einen Angehörigen pflegen, kommt eine Kündigung nicht infrage. Dafür sprechen nicht nur finanzielle Gründe. Eine berufliche Tätigkeit wird auch als wertvoller Ausgleich empfunden. Gesetzlich verankert sind deshalb drei Pflegezeitmodelle, die Sie flexibel gestalten können.

Akut-Pflegezeit

Pflege ist oft nicht planbar, sondern tritt unvermittelt ein, etwa nach einem Krankenhausaufenthalt oder einem Unfall. Dann stehen Sie erst einmal vor einem Berg von Aufgaben. Deshalb können Sie sich als Arbeitnehmer bei einem plötzlichen Pflegefall in der Familie kurzfristig bis zu zehn Tage lang freistellen lassen. Sie erhalten Lohnersatzleistungen bis zu 90 Prozent Ihres Nettoeinkommens – ähnlich dem Kinderkrankengeld. Dieses sogenannte Pflegeunterstützungsgeld wird auf Antrag gewährt und von der Pflegekasse des Pflegebedürftigen finanziert. Es ist um den Arbeitnehmeranteil an den Sozialversicherungsbeiträgen gekürzt.

Kurzfristig zehn Tage freistellen lassen, um die Pflege zu organisieren. Dafür gibt es das Pflegeunterstützungsgeld.

Pflegezeit

Sie können sich bis zu sechs Monate lang vollständig oder teilweise von der Arbeit freistellen lassen, wenn Sie einen pflegebedürftigen nahen Angehörigen in der häuslichen Umgebung betreuen. Eine Lohnersatzleistung ist nicht vorgesehen. Sie haben aber Anspruch auf ein zinsloses Darlehen, um den Lebensunterhalt besser bestreiten zu können. Das Darlehen kann beim Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA) beantragt werden. Es wird monatlich aus- und am Ende der Pflegezeit in Raten zurückgezahlt.

Ein halbes Jahr lang freistellen lassen, um einen Angehörigen zu pflegen. Lohnausfälle können mit einem zinslosen Darlehen aufgefangen werden.

Familienpflegezeit

Wenn ein Angehöriger über einen langen Zeitraum krank ist und gepflegt werden muss, können Sie Ihre Arbeitszeit über zwei Jahre auf bis zu 15 Stunden pro Woche reduzieren. Wie bei der Pflegezeit können Sie auf ein zinsloses Darlehen zurückgreifen, das in Raten ausbezahlt wird und den Lebensunterhalt sichert.

Zwei Jahre lang die Arbeitszeit für die Pflege eines Angehörigen reduzieren. Dieses Modell ermöglicht das.

Sterbende begleiten

In der letzten Lebensphase eines nahestehenden Menschen können Sie sich bis zu drei Monate lang ganz oder teilweise von der Arbeit freistellen lassen, auch wenn der Angehörige nicht zu Hause gepflegt wird. Eine solche Auszeit kann beispielsweise zur Begleitung Sterbender in Hospizen in Anspruch genommen werden. Das zinslose Darlehen des BAFzA wird auch dabei gewährt. Die drei Monate werden auf die Familienpflegezeit angerechnet.

Erweiterter Personenkreis

Menschen, die füreinander eintreten und sich kümmern, sollen auch ohne verwandtschaftliche Beziehungen Pflegezeiten in Anspruch nehmen können. Deshalb gilt das Gesetz nicht nur für nahe Angehörige, sondern auch für die Stiefeltern, Schwäger/-innen und für nichteheliche Lebenspartner.

Auf einen Blick

Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf

Rechtsanspruch und Kündigungsschutz

Bis zu 10 Tage kurzzeitige Arbeitsverhinderung für den Akutfall mit Lohnersatzleistung

Bis zu 6 Monate Pflegezeit inklusive 3 Monate Begleitung in der letzten Lebensphase mit zinslosem Darlehen

Bis zu 24 Monate Familienpflegezeit mit zinslosem Darlehen