

Beratungs- und Unterstützungsangebote für die häusliche Pflege

Informationen zum aktuellen Angebot und den Öffnungszeiten der Beratungs- und Unterstützungsangebote in der Pflege – auch in der Covid 19-Pandemie

Stand: 22. Dezember 2021

Eine Übersicht, erstellt durch die Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung und die Fachstelle für pflegende Angehörige im Diakonischen Werk Berlin Stadtmitte e.V.

Diese Liste wird fortlaufend aktualisiert. Wenn Sie eine aktualisierte Liste in der Zukunft wünschen, Ergänzungen und Änderungswünsche haben, schicken Sie diese bitte an:

Fachstelle für pflegende Angehörige, Katharina Lange:

[E-Mail an die Fachstelle für pflegende Angehörige](mailto:hilfsangebote@angehoerigenpflege.berlin)
(hilfsangebote@angehoerigenpflege.berlin)

Senatsverwaltung
für Gesundheit, Pflege
und Gleichstellung

be Berlin



Inhaltsverzeichnis

1	Wegweiser ins Unterstützungssystem bei Pflege; Basisberatung	3
1.1	Pflegestützpunkte	3
1.2	Interkulturelle Brückenbauer*innen in der Pflege	4
1.3	compass private pflegeberatung	4
1.4	Berliner Hausbesuche für Senior:innen 70+	5
2	Spezialisierte Angebote	6
2.1	Demenz	6
2.1.1	Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V. Selbsthilfe Demenz	6
2.1.2	Alzheimer Angehörigen Initiative (AAI)	7

2.1.3	Alzheimer-Telefon der Deutschen Alzheimer Gesellschaft (bundesweites Angebot)	7
2.1.4	Malteser Demenzberatung	8
2.1.5	Diakonie Haltestellen	9
2.2	Überforderung – Konflikte – Aggression – Beschwerden	9
2.2.1	Pflege in Not	9
2.2.2	Silbernetz	10
2.2.3	pflegen-und-leben.de – psychologische Online-Beratung für pflegende Angehörige	11
2.2.4	Malteser „Redezeit“	11
2.2.5	Unabhängige Patientenberatung (bundesweites Angebot)	12
2.2.6	Telefonseelsorge	12
2.2.7	Berliner Krisendienst	13
2.3	Notfallversorgung	14
2.3.1	Temporäre Notfall-KurzzeitPflegeeinrichtung Dr. Harnisch Haus	14
2.4	Entlastungs- und Unterstützungsangebote, Selbsthilfe, Nachbarschaftshilfe	15
2.4.1	Kontaktstellen PflegeEngagement	15
2.4.2	Angebote zur Unterstützung im Alltag	15
2.4.3	Nachbarschaftshilfen	16
2.4.4	Ehrenamtliche Besuchsdienste	16
2.4.5	Berliner Mobilitätshilfedienste	17
2.4.6	Angehörige psychisch erkrankter Menschen Landesverband Berlin e.V.	17
2.4.7	Digitale Selbsthilfe – in.kontakt (App; bundesweites Angebot)	18
2.5	Sterben, Tod und Trauer; Vorsorge: Zentrale Anlaufstelle Hospiz	18
2.6	Pflege und Beruf: KOBRA Beruf Bildung Arbeit	19
2.7	Betreuungsintensive Kinder und Jugendliche	19
2.8	Fachstelle LSBTI*, Altern und Pflege	20
2.9	Weitere Angebote	20
2.9.1	PfiFf (Pflege in Familien fördern)	20
2.9.2	Bezirkliche Beratungsstelle für Menschen mit Behinderung, AIDS- und Krebserkrankung	21
2.9.3	Bezirkliche Sozialpsychiatrische Dienste	22
2.9.4	Unterstützung junger Pflegender: Beratungsangebot „echt unersetzlich“	22
3	Hilfreiche weiterführende Informationsbroschüren und Ratgeber	24
		2

1 Wegweiser ins Unterstützungssystem bei Pflege; Basisberatung

1.1 Pflegestützpunkte

Die 36 Pflegestützpunkte sind der zentrale Wegweiser ins Berliner Unterstützungssystem bei Alter und Pflege. Sie informieren und beraten wohnortnah, neutral, verbraucherorientiert und kostenlos zu allen relevanten Fragen, z.B. zu Leistungsansprüchen, Versorgungsangeboten und diversen Unterstützungsmöglichkeiten im Alltag. Sie helfen bedarfsorientiert bei der Planung der Versorgung zu Hause. Auch in der Corona-Pandemie. Dabei vermitteln und koordinieren sie gewünschte Unterstützungsangebote und helfen bei der Klärung der Finanzierung sowie bei der notwendigen Antragstellung. Auf ihrer Internetseite bieten sie zu den wichtigsten Themen Informationsblätter (Rubrik: Hilfreiches Wissen) an. Die Internetseite steht in Deutsch, Englisch und Türkisch sowie in Teilen in Polnisch, Russisch, Arabisch, Bosnisch und Vietnamesisch zur Verfügung (Verlinkung siehe unten). Die Informationsblätter stehen in diesen 8 Sprachen sowie in einfacher Sprache zur Verfügung.

Kontakt:

- Berlinweites Servicetelefon: 0800 59 500 59 (Montag bis Freitag von 9:00 bis 18:00 Uhr)
- Telefonnummern und E-Mail-Adressen der 36 Standorte finden Sie unter diesem Link:
- [Standorte der Berliner Pflegestützpunkte](https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/standorte/)
(<https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/standorte/>)
- Aktuell telefonische Beratung, in Ausnahmefällen persönliche im Pflegestützpunkt nach vorheriger Terminvereinbarung (es gilt die 3-G-Regel)
- Als Video-Sprechstunde in folgenden Stützpunkten: Reinickendorf - Wilhelmsruher Damm, Treptow-Köpenick – Spreestraße, Marzahn-Hellersdorf - Warener Straße und Marzahner Promenade, Pankow - Mühlenstraße
- Hausbesuche: in notwendigen Einzelfällen und nach vorheriger telefonischer Verabredung unter Beachtung strenger Hygienemaßnahmen
- Die Internetseite ist in verschiedenen Sprachen übersetzt:
 - [in Deutsch](https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/)
(<https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/>),
 - [in Arabisch](https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/ar)
(<https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/ar>)
 - [in Bosnisch](https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/bs/bosanski/)
(<https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/bs/bosanski/>)
 - [in Englisch](https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/en/)
(<https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/en/>)
 - [in Polnisch](https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/pl/polski/)
(<https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/pl/polski/>),

- [in Russisch](https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/ru/)
(<https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/ru/>),
- [in Türkisch](https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/tr/)
(<https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/tr/>)
- [in Vietnamesisch](https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/vi/tieng-viet/)
(<https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/vi/tieng-viet/>)

1.2 Interkulturelle Brückenbauer*innen in der Pflege

Der sozialen, kulturellen, religiösen und sprachlichen Vielfalt der Menschen in Berlin soll auch in der Pflegeunterstützung Rechnung getragen werden. Um Menschen mit Pflegebedarf und Migrationshintergrund niedrigschwellig zu erreichen, gibt es die Interkulturellen Brückenbauer*innen in der Pflege. Ihre Aufgabe ist es, Menschen mit Migrationshintergrund muttersprachlich und kultursensibel über ihre Ansprüche und auf vorhandene Hilfsangebote aufmerksam zu machen. Sie erklären, helfen bei Anträgen und begleiten auch emotional bei der Gestaltung der Pflege zu Hause. In der Regel beraten die Interkulturellen Brückenbauer*innen im Tandem mit den Pflegeberater*innen der Pflegestützpunkte.

Es gibt Brückenbauer*innen für folgende Sprachen und Kulturkreise:

Arabisch, Englisch, Französisch, Kurdisch, Polnisch, Russisch, Bosnisch / Kroatisch / Serbisch, Türkisch und Vietnamesisch.

Kontakt:

- Telefonisch: 030-690 382 80
Sprechzeiten werden ergänzt z.T. mit direkten Telefonnummern zu den einzelnen Sprachen – Zulieferung erfolgt durch Nazife Sari
- [E-Mail an die Interkulturellen Brückenbauer*innen](mailto:brueckenbauerinnen@diakonie-stadtmitte.de)
(brueckenbauerinnen@diakonie-stadtmitte.de)
- [Internetseite der Brückenbauer*innen](https://www.diakonie-stadtmitte.de/senioren-pflege/interkulturelle-brueckenbauerinnen-in-der-pflege-ibip/ueber-das-projekt/)
(<https://www.diakonie-stadtmitte.de/senioren-pflege/interkulturelle-brueckenbauerinnen-in-der-pflege-ibip/ueber-das-projekt/>)

1.3 compass private pflegeberatung

compass private pflegeberatung GmbH bietet – kostenfrei und unabhängig – Pflegeberatung auf zwei Wegen für privat Pflegeversicherte und ihre Angehörigen. Zum Schutz der Gesundheit der Klient*innen beraten die Pflegeberater*innen von compass aktuell weiterhin telefonisch.

Kontakt:

Sie erreichen die telefonische Pflegeberatung unter der kostenfreien Servicenummer 0800 -101 88 00. Auf Wunsch und je nach regionalem Infektionsgeschehen können Beratungsbesuche stattfinden. Die Pflegeberater*innen befolgen hierfür ein umfassendes Hygienekonzept und klären die Risikofaktoren im Vorfeld einer Pflegeberatung vor Ort telefonisch ab.

1.4 Berliner Hausbesuche für Senior:innen 70+

Die Berliner Hausbesuche sind ein im August 2021 in **Charlottenburg-Nord** und **Neu-Hohenschönhausen Nord** gestartetes Pilotprojekt der Berliner Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung in Zusammenarbeit mit den Bezirksämtern und den Maltesern.

Es richtet sich an Senior:innen ab dem 70. Lebensjahr. Diese können sich kostenlos in einem persönlichen Gespräch zu Hause oder an einem selbst gewählten Ort zu soziokulturellen und beratenden Angeboten in Wohnortnähe informieren.

Ziel ist es, die Lebensqualität der Senior:innen zu erhalten und zu steigern. Hierbei wird Teilhabe gefördert, um präventiv sozialer Isolation sowie Pflegebedürftigkeit entgegenzuwirken.

Auch soll die Verzahnung von Nachfragen und Angeboten im Gesundheits- und Pflegebereich im Wohnumfeld verbessert werden.

Das Projekt Berliner Hausbesuche zeigt älteren Menschen neue Perspektiven auf und übernimmt eine Brückenfunktion zu den bestehenden Angeboten in den Bezirken.

Kontakt:

- **Neu - Hohenschönhausen Nord**, Telefon: 030 348 003 – 250
[E-Mail an die Berliner Hausbesuche Hohenschönhausen Nord](mailto:bhb.hohenschoenhausen@malteser.org)
(bhb.hohenschoenhausen@malteser.org)
- **Charlottenburg Nord**, Telefon: 030 348 003 – 240
[E-Mail an die Berliner Hausbesuche Charlottenburg Nord](mailto:bhb.charlottenburg@malteser.org)
(bhb.charlottenburg@malteser.org)

Weitere Informationen:

[Internetseite der Berliner Hausbesuche](http://www.berliner-hausbesuche.de)
(www.berliner-hausbesuche.de)

2 Spezialisierte Angebote

2.1 Demenz

2.1.1 Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V. Selbsthilfe Demenz

Eine Demenzerkrankung stellt Familien vor viele individuelle Fragen. Die Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V. bietet insbesondere Angehörigen von Menschen mit Demenz und Betroffenen kostenlose psychosoziale Beratung durch ein Team mit psychologischer, sozialpädagogischer und pflegerischer Qualifikation und Erfahrung an.

Sie informiert über das Krankheitsbild Demenz, über die Diagnostik, den Umgang mit Symptomen, über bewährte Möglichkeiten der Kommunikation sowie über entlastende und unterstützende Angebote. Die Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V. bietet mehrere offene Selbsthilfegruppen in unterschiedlichen Bezirken an, eine ist speziell für Angehörige von Menschen mit einer frontotemporalen Demenz. Aufgrund der Pandemie finden die Gruppentreffen bis auf Weiteres nicht wie gewohnt statt. Aktuelle Informationen erhalten Interessierte telefonisch oder per E-Mail.

Zudem bietet die Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V. auch einen ehrenamtlichen Besuchsdienst, die Betreuungsbörse, an. Die stundenweise Betreuung von Menschen mit Demenz durch qualifizierte ehrenamtliche Helfer*innen soll Angehörige entlasten und die Lebensqualität der Betroffenen verbessern. Weitere Informationen erhalten Sie telefonisch unter 030 25796697 (Dienstag von 14:00 bis 18:00 Uhr, Donnerstag von 10:00 bis 12:00 Uhr und 14:00 bis 16:00 Uhr) oder per E-Mail

- [E-Mail an die Betreuungsbörse](mailto:betreuungsboerse@alzheimer-berlin.de)
(betreuungsboerse@alzheimer-berlin.de).
- Weitere Informationen zur Betreuungsbörse auf der Internetseite.
[Betreuungsbörse der Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V.](https://www.alzheimer-berlin.de/unsere-angebote/betreuungsboerse)
(<https://www.alzheimer-berlin.de/unsere-angebote/betreuungsboerse>).

Aufgrund der Einschränkungen durch die Corona-Pandemie finden die Beratungen weiterhin per Telefon, zunehmend auch online und per E-Mail statt, auch außerhalb der unten genannten Sprechzeiten. Persönliche Beratungen bieten wir aktuell nur in Ausnahmefällen nach vorheriger Terminvereinbarung an. Voraussetzung für die persönliche Beratung ist die 3G-Regel und das Tragen einer FFP2-Maske.

Kontakt:

- Telefonisch: 030 890 943 57,
Dienstag 14:00-18:00 Uhr sowie Mittwoch und Donnerstag von 10:00-15:00 Uhr.
Außerhalb dieser Zeiten ist ein Anrufbeantworter geschaltet.
- [E-Mail an die Alzheimer Gesellschaft Berlin](mailto:info@alzheimer-berlin.de)
(info@alzheimer-berlin.de)
- [Internetseite der Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V.](http://www.alzheimer-berlin.de/)
(http://www.alzheimer-berlin.de/)

2.1.2 Alzheimer Angehörigen Initiative (AAI)

Anfragen von Angehörigen wegen einer Erstberatung zum Thema Demenz nimmt die AAI-Geschäftsstelle zumeist telefonisch entgegen. Hier werden sie von der Psychologin oder der zuständigen Gruppenleitung bearbeitet. Persönliche Beratungen werden unter Einhaltung der Hygienemaßnahmen in der Geschäftsstelle durchgeführt, sofern dazu Einblick in mitzubringende Unterlagen erforderlich ist.

Die AAI ist auch Ansprechpartner für Angehörige von an Demenz Erkrankten, die in einer stationären Pflegeeinrichtung leben.

Es gibt in den meisten Bezirken weiterhin Angehörigen Gesprächsgruppen, die derzeit pandemiebedingt als Telefonkonferenz durchgeführt werden.

Die Tagespflege ist weiterhin für bis zu zehn Gäste geöffnet. Beratungsbesuche nach § 37 Abs. 3 SGB XI finden unter Einhaltung entsprechender Hygienemaßnahmen weiterhin in der Häuslichkeit statt.

Kontakt:

- Telefonisch unter 030 47 37 89 95, Montag bis Donnerstag von 10:00-15:00 Uhr.
Außerhalb dieser Zeiten ist ein Anrufbeantworter geschaltet.
- [E-Mail an die Alzheimer Angehörigen Initiative](mailto:AAI@Alzheimer.Berlin)
(AAI@Alzheimer.Berlin)
- [Internetseite Alzheimer Angehörigen Initiative e.V.](https://alzheimer-angehoerigen-initiative.de/)
(https://alzheimer-angehoerigen-initiative.de/)

2.1.3 Alzheimer-Telefon der Deutschen Alzheimer Gesellschaft (bundesweites Angebot)

Am Alzheimer-Telefon erhalten Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen individuelle psychosoziale Beratung. Die Beratung erfolgt auf Wunsch anonym.

Betroffene und professionelle Helfer*innen erhalten hier Informationen zu Demenz, zum Krankheitsbild, zur Diagnose, zum Umgang mit schwierigen Verhaltensweisen und zu rechtlichen und finanziellen Fragen. Erfahrene Berater*innen stehen Ihnen zur Verfügung.

Eine muttersprachliche Beratung in türkischer Sprache wird einmal wöchentlich mittwochs von 10:00-12:00 Uhr angeboten.

Auf der Internetseite befinden sich interessante Informationen zum Umgang mit Demenz in der COVID 19 Pandemie:

[Aktuelle Informationen zur Corona-Pandemie](https://www.deutsche-alzheimer.de/ueber-uns/presse-und-aktuelles/aktuelle-informationen-zur-corona-pandemie)

(<https://www.deutsche-alzheimer.de/ueber-uns/presse-und-aktuelles/aktuelle-informationen-zur-corona-pandemie>)

Es stehen auch Erklärfilme in den Sprachen Englisch, Polnisch, Russisch, Türkisch, Arabisch und Rumänisch auf der Seite www.demenz-und-migration.de zur Verfügung:

[Internetseite Demenz und Migration](https://www.demenz-und-migration.de/)

(<https://www.demenz-und-migration.de/>)

Kontakt:

- Telefonisch unter 030 259 379 514, Montag bis Donnerstag von 9:00-18:00 Uhr und Freitag von 9:00-15:00 Uhr. Außerhalb dieser Zeiten ist ein Anrufbeantworter geschaltet.
- [E-Mail an die Deutsche Alzheimer Gesellschaft](mailto:info@deutsche-alzheimer.de)
(info@deutsche-alzheimer.de)
- [Internetseite der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V.](https://www.deutsche-alzheimer.de/)
(<https://www.deutsche-alzheimer.de/>)

2.1.4 Malteser Demenzberatung

Dieses Angebot bietet Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen eine Beratung im geschützten Rahmen. Die Information und Beratung erfolgen sowohl telefonisch als auch persönlich. Bitte erfragen Sie in der Coronapandemie die Rahmenbedingungen für das persönliche Gespräch.

Die Malteser Demenzberatung berät zu allgemeinen Fragen der demenziellen Erkrankung, ihrem Verlauf, dem Umgang mit demenziell veränderten Menschen sowie zu Entlastungs- und Betreuungsmöglichkeiten.

Die Beratung ist kostenlos und vertraulich. Die Beratenden unterstehen der Schweigepflicht.

Kontakt:

- Telefon: 030 348 003 261
Sie erreichen die Leiterin Demenzarbeit Susanne Karimi:
- [E-Mail an die Malteser Demenzberatung](#)
(susanne.karimi@malteser.org)
- [Angebote und Leistungen der Malteser Berlin](https://www.malteser-berlin.de/angebote-und-leistungen/demenzarbeit.html)
(https://www.malteser-berlin.de/angebote-und-leistungen/demenzarbeit.html)

2.1.5 Diakonie Haltestellen

Die Diakonie Haltestellen betreuen und begleiten Menschen mit einem Pflegegrad insbesondere auch bei demenzieller Veränderung und ihre An- und Zugehörigen. Jede Diakonie Haltestelle hat ein Team von freiwillig Engagierten und mindestens eine koordinierende Fachkraft. Die Freiwilligen qualifizieren sich fortlaufend, auch zu den Themen Kommunikation bei Demenz und Gestaltung von Aktivitäten.

Die Freiwilligen kennen die besonderen emotionalen Bedürfnisse von pflegebedürftigen Menschen und wissen, wie sie darauf eingehen können. Mit ihrem Engagement möchten die Freiwilligen die Lebensqualität von pflegebedürftigen Menschen erhalten sowie Angehörige und nahestehende Personen unterstützen und entlasten. In der Corona-Pandemie suchen Sie dazu auch neue Wege und bieten zum Teil die Kontaktaufnahme und Begleitung telefonisch oder – wo möglich – auch im Videokontakt an.

Kontakt:

- Telefonisch: 030 820 97 224
- [E-Mail an die Diakonie Haltestellen](#)
(Borstel.F@DWBO.de)
- [Internetseite der Diakonie Haltestellen](https://www.diakonie-portal.de/diakonie-haltestelle)
(https://www.diakonie-portal.de/diakonie-haltestelle)

2.2 Überforderung – Konflikte – Aggression – Beschwerden**2.2.1 Pflege in Not**

Die Beratungs- und Beschwerdestelle Pflege in Not berät und unterstützt Pflegebedürftige, pflegende Angehörige und Pflegekräfte bei Überforderung, Konflikten und Aggressionen in der Pflege älterer Menschen. Sowohl in der häuslichen als auch stationären Pflege kommt es immer wieder zu konflikthafter oder aggressiver Situationen. Die Pflegesituation kann sich hierbei extrem zuspitzen. Durch die Corona-Krise und ihre Folgen kann es schneller dazu kommen. Wichtig ist, rechtzeitig Unterstützung zu suchen. Im vertraulichen Gespräch können Sie ihre Gedanken und Gefühle ansprechen, ohne Tabu. Das Angebot ist berlinweit, unabhängig und kostenlos.

Die Beratungsstelle bietet zusätzlich zur individuellen Einzelberatung auch eine psychologische Beratung, Familiengespräche und Mediationen an. Auch für Pflegekräfte, die Überforderung, Erschöpfung, Ängste und Schuldgefühle auf Grund von Infektionsausbrüchen in ihren Einrichtungen erleben, steht die Beratungsstelle für vertrauliche Gespräche zur Verfügung.

Kontakt:

- Telefonische Beratung unter 030 69 59 89 89, Montag, Mittwoch und Freitag 10:00 – 12:00 Uhr, Dienstag von 14:00 bis 16:00 Uhr
- Psychologische Beratung nach Terminvereinbarung über dieselbe Telefonnummer, persönlich, per Videogespräch (Zoom oder WebEx) oder telefonisch
- Familiengespräch und Mediationen nach Terminvereinbarungen, persönlich oder per Videogespräch
- [E-Mail an Pflege in Not](mailto:pfllege-in-not@diakonie-stadtmitte.de)
(pfllege-in-not@diakonie-stadtmitte.de)
- [Internetseite der Pflege in Not](http://www.pfllege-in-not.de/)
(http://www.pfllege-in-not.de/)

2.2.2 Silbernetz

Silbernetz ist ein niedrigschwelliges dreistufiges Angebot für ältere vereinsamte oder isoliert lebende Menschen mit Redebedarf. Es ist ein Angebot, das ausschließlich auf telefonischem Kontakt aufbaut. Es besteht aus: dem Silbertelefon (einfach mal reden), den Silbernetz-Freund*innen (1x wöchentlich telefonischer Kontakt zu einem festen Menschen) und der Silberinfo (für Senior*innen im häuslichen Umfeld).

Dem **Silbertelefon**: unter der Rufnummer 0800 470 80 90 können ältere, einsame oder isolierte Menschen das Silbertelefon erreichen. Das Gespräch ist anonym, vertraulich und kostenfrei. Anrufen kann jeder, der den Wunsch hat, einfach nur zu reden.

Den Silbernetz-**Freund*innen**: einmal in der Woche einen Anruf erhalten von einem festen Ansprechpartner und über alles reden, was einen beschäftigt.

Der **Silberinfo**: Informationen zu Angeboten rund um das Alter im Wohnumfeld eines älteren Menschen.

Die Silbernetz-Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen fragen nach und hören zu. Sie können zu ersten Schritten aus der Isolation ermutigen und haben Informationen zu Angeboten in der Nachbarschaft.

Auf Wunsch vermitteln sie zu professionellen Hilfeangeboten bei Gewalt und Vernachlässigung.

Kontakt:

- Telefon: 0800 470 80 90,
täglich von 8:00-22:00 Uhr.
- [Internetseite Silbernetz:](https://www.silbernetz.de/)
(<https://www.silbernetz.de/>)

2.2.3 pflegen-und-leben.de – psychologische Online-Beratung für pflegende Angehörige

Angehörige, die sich im häuslichen Umfeld um eine pflegebedürftige Person kümmern oder sorgen und die gesetzlich versichert sind, erhalten über diese Online-Beratung deutschlandweit eine professionelle psychologische Beratung, in der sie persönliche Unterstützung sowie individuelle Hilfe und Entlastung durch Psycholog*innen erhalten. Die Beratung und Begleitung pflegender Angehöriger erfolgt anonym, kostenfrei und datensicher. Die Anmeldung erfolgt über dieses Portal, das zusätzlich wichtige Informationen und Kontakte rund um das Thema häusliche Pflege bereitstellt.

Die Beratung erfolgt per Email oder auch im persönlichen Video-Chat. Ihr Computer benötigt dafür einen aktuellen Internet-Browser sowie ein Mikrofon und eine Kamera.

Kontakt:

[Internetseite von Pflegen und Leben](http://www.pflegen-und-leben.de)
(www.pflegen-und-leben.de)

2.2.4 Malteser „Redezeit“

Die Malteser Redezeit ist ein niedrighschwelliges regelmäßiges Gesprächsangebot für Menschen in Isolation und Einsamkeit. Bei diesem Angebot werden Ehrenamtliche mit einsamen Menschen in Telefonverbindung gebracht. Die Telefongespräche finden regelmäßig statt. Es gibt keine ständigen Wechsel der Ehrenamtlichen. Daraus ergeben sich dann oft wertvolle und langjährige Verbindungen.

Das Angebot steht Menschen jeden Alters zur Verfügung, die unter Einsamkeit leiden. Die Ehrenamtlichen sind geschult. Sie nehmen sich Zeit und hören zu.

Kontakt:

Wer sich über regelmäßige Telefonbesuche durch die Malteser Redezeit freuen würde, kann sich telefonisch melden

- Telefon: 030 348 003 269
- [E-Mail an Redezeit](mailto:Redezeit.Berlin@malteser.org)
(Redezeit.Berlin@malteser.org)
- [Internetseite der Malteser Redezeit](https://www.malteser-berlin.de/angebote-und-leistungen/besuchsdienste/redezeit.html)
(<https://www.malteser-berlin.de/angebote-und-leistungen/besuchsdienste/redezeit.html>)

2.2.5 Unabhängige Patientenberatung (bundesweites Angebot)

Die UPD Patientenberatung Deutschland GmbH mit Sitz in Berlin ist eine gemeinnützige Einrichtung. Sie hilft Ratsuchenden, sich im deutschen Gesundheitssystem besser zurechtzufinden und Entscheidungen im Hinblick auf gesundheitliche und gesundheitsrechtliche Fragen selbstbestimmt, eigenverantwortlich und auf informierter Grundlage zu treffen. Die Beratung ist auf allen Wegen kostenfrei.

Für die Beratung zu gesundheitlichen Fragestellungen steht Ihnen bei der Unabhängigen Patientenberatung ein fachlich breit aufgestelltes Beratungsteam zur Verfügung. Dieses besteht aus ärztlichen, zahnärztlichen und pharmazeutischen Beraterinnen und Beratern, Fachkräften aus der Pflege und anderen Gesundheitsfachberufen sowie einem psychosozialen Team aus Psychologinnen und Psychologen.

Bitte beachten Sie, dass es aktuell aufgrund der Corona-Pandemie zu kurzfristigen Änderungen und Einschränkungen kommen kann.

Kontakt:

- Telefon: 0800 011 77 22
(Montag bis Samstag)
- [Informationen zur Patientenberatung online, per Post oder vor Ort](http://www.patientenberatung.de)
(www.patientenberatung.de)

2.2.6 Telefonseelsorge

Die Kirchliche TelefonSeelsorge in Berlin und Brandenburg ist seit mehr als 30 Jahren eine feste Institution. Sie bietet psychosoziale und emotionale Begleitung von Menschen an. Jeder kann zu jedem Problem anrufen. Herkunft und religiöse Zugehörigkeit der Anrufer*innen spielen keine Rolle. Die TelefonSeelsorge ist für Menschen eine Unterstützung und Hilfe in schwierigen Lebenssituationen.

Die TelefonSeelsorge steht 24 Stunden am Tag und 365 Tage im Jahr zur Verfügung. Die Anonymität der Hilferufenden hat oberste Priorität und wird garantiert. Die Mitarbeitenden unterliegen der unbedingten Schweigepflicht.

Die telefonische Seelsorge bietet:

- emotionale Entlastung,
- Hilfe beim Sortieren der Gesamtproblematik,
- Kompetenz rund um die Themen Tod, Sterben, Suizidalität,
- Orientierungshilfe, wie es weitergehen kann,
- Vermittlung weitergehender Beratungs- und Hilfsangebote.

Kontakt:

- Telefonisch unter: 0800 111 01 11 und 0800 111 02 22
- Aktuell gibt es ein Corona-Seelsorgetelefon unter: 030 403 665 885
- [Online Seelsorge der Telefonseelsorge](https://online.telefonseelsorge.de/)
(<https://online.telefonseelsorge.de/>)

weitere TelefonSeelsorgeangebote:

- TelefonDoweria - russischsprachige TelefonSeelsorge - 24/7 - 030 440 308 454
- MuTeS - Muslimisches SeelsorgeTelefon - 24/7 - 030 443 509 821

2.2.7 Berliner Krisendienst

Der Berliner Krisendienst hilft Menschen und auch deren Angehörigen in Krisen und Überforderungssituationen. Pflegenden Angehörigen bietet er Beratung an. Aber auch für Unterstützung bei der Vermittlung von Hilfen für pflegebedürftige Menschen hält sich der Krisendienst bereit. Im Berliner Krisendienst arbeiten Fachkräfte aus den Bereichen Psychologie, Pädagogik und Sozialer Arbeit. Auch Ärztinnen und Ärzte stehen bei akuten Krisen zur Verfügung.

Der Berliner Krisendienst ist rund um die Uhr für Informationen und psychosoziale Begleitung telefonisch erreichbar. Die Beratungen werden insbesondere abends, nachts und an Feiertagen angeboten. In Notfällen kommen die Mitarbeiter*innen auch nach Hause. Das Angebot ist kostenlos.

Kontakt:

Sie erreichen den Krisendienst 24 Stunden am Tag telefonisch. Die Telefonnummern für die Bezirke sind:

- (030) 390 63 10 für Mitte und Friedrichshain / Kreuzberg
- (030) 390 63 20 für Charlottenburg - Wilmersdorf
- (030) 390 63 30 für Spandau
- (030) 390 63 40 für Pankow
- (030) 390 63 50 für Reinickendorf
- (030) 390 63 60 für Steglitz - Zehlendorf / Tempelhof - Schöneberg
- (030) 390 63 70 für Lichtenberg / Marzahn - Hellersdorf
- (030) 390 63 80 für Treptow - Köpenick
- (030) 390 63 90 für Neukölln

Weitere Informationen und die Adressen der bezirklichen Beratungsstellen des Berliner Krisendienstes finden Sie auf dieser Internetseite:

[Internetseite des Berliner Krisendienst](http://www.berliner-krisendienst.de)

(www.berliner-krisendienst.de)

Die Internetseite des Berliner Krisendienst steht in folgenden Sprachen zur Verfügung: Arabisch, Französisch, Englisch, Spanisch, Farsi, Russisch, Polnisch, Rumänisch und Türkisch. Beratungen und Informationsgespräche können grundsätzlich in verschiedenen Sprachen stattfinden. Um Terminabsprache wird gebeten.

2.3 Notfallversorgung

2.3.1 Temporäre Notfall-KurzzeitPflegeeinrichtung Dr. Harnisch Haus

Vom 27.09.2021 bis voraussichtlich 31.03.2022 übernimmt die Stephanus gGmbH den Betrieb einer temporären Notfall-Kurzzeitpflegeeinrichtung am Standort Liebigstraße 39 in 10247 Berlin-Friedrichshain. Die Kapazität im Dr. Harnisch Haus umfasst 16 Plätze. Die pflegerische Versorgung wird als ultima ratio und in absoluten Notlagen übernommen.

Temporär aufgenommen werden mit Corona infizierte pflegebedürftige Berlinerinnen und Berliner, vorrangig nach einer Krankenhausbehandlung, wenn die häusliche Versorgung noch nicht sichergestellt werden kann, mit dem Ziel der Rückkehr in die eigene Häuslichkeit. Die pflegerische Versorgung in der Einrichtung erfolgt in der Regel bis zu zwei Wochen, maximal jedoch für vier Wochen.

Kontakt:

Im Vorfeld der Aufnahmen über das Casemanagement Team der Einrichtung von Montag bis Freitag, 8:00–17:00 Uhr, Telefon: 030 422 193 43.

Aufnahmen über diesen Zeitraum hinaus können nur in begrenztem Maße erfolgen. Eine Erreichbarkeit ist gegeben unter Telefon: 030 422 193 20.

2.4 Entlastungs- und Unterstützungsangebote, Selbsthilfe, Nachbarschaftshilfe

2.4.1 Kontaktstellen PflegeEngagement

Die Kontaktstellen PflegeEngagement bieten in jedem Berliner Bezirk folgende selbstbestimmte und niedrigschwellige Hilfeformen rund um die häusliche Pflege an:

- Gesprächs- und Aktivgruppen für pflegende Angehörige,
- Unterstützung nachbarschaftlicher Hilfenetze,
- ehrenamtlicher Besuchs- und Begleitdienst,
- Informationen für Menschen, die gemeinsam mit anderen für eine spätere Pflegesituation im Alter Vorsorge treffen wollen.

Dabei entscheiden die Nutzer*innen selbst über die Gestaltung des Angebots oder über die Neugründung einer für sie passenden Selbsthilfegruppe.

Das Angebot richtet sich an sorgende und pflegende Angehörige, ebenso an betreuungs- und pflegebedürftige Menschen.

Die durch die Einrichtung organisierten Gruppen und Aktivangebote bringen emotionale Entlastung und psychosoziale Unterstützung von Angehörigen pflegebedürftiger Menschen. Das geschieht im Kontext von Selbsthilfe und ehrenamtlichem Engagement. Die Angebote fördern den sozialen Kontakt und das selbstbestimmte Leben in der gewohnten Umgebung trotz Pflegebedürftigkeit.

Kontakt:

Die Kontaktstellen PflegeEngagement sind auch während der Corona Pandemie entsprechend der jeweiligen Sprechzeiten erreichbar. Bitte erfragen Sie bei Ihrer Kontaktstelle PflegeEngagement im Bezirk die genauen Termine und das aktuelle Angebot.

- Telefon: 030 890 285 36.
- [Internetseite des Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung.](http://www.pflegeselbsthilfe-berlin.de/)
(<http://www.pflegeselbsthilfe-berlin.de/>)

2.4.2 Angebote zur Unterstützung im Alltag

Angebote zur Unterstützung im Alltag übernehmen die Betreuung, Begleitung und Entlastung im pflegerischen Alltag von allen pflegebedürftigen Menschen und ihren Angehörigen. Viele Angebote sind zudem spezialisiert auf Menschen mit Demenz, psychischen Erkrankungen oder geistiger Behinderung.

Für Pflegebedürftige, die den Entlastungsbetrag nach § 45b SGB XI einsetzen wollen, bieten die Angebote zur Unterstützung auch während der Corona Pandemie im Alltag Hilfen bei Besorgungen sowie telefonischen Kontakt an. Wenn Sie Beratung für die am besten für Sie geeignete Nutzung des Entlastungsbetrages wünschen, melden Sie sich bitte bei den Berliner Pflegestützpunkten.

Kontakt:

Das Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung listet auf dieser Internetseite alle Anbieter auf und ordnet diese auch nach Bezirken:

[Internetseite des Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung.](#)

(www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/unterstuetzung/uebersicht-aller-angebote)

2.4.3 Nachbarschaftshilfen

Im Rahmen der Nachbarschaftshilfe gibt es vielfältige Angebote zur unkomplizierten Unterstützung zu Hause oder bei Erledigungen. Wichtige Anlaufstellen sind die bezirklichen Koordinierungsstellen für das bürgerschaftliche Engagement rund um die Corona-Pandemie. Dort werden Hilfebedarfe und Hilfsangebote registriert und vermittelt.

Kontakt:

Auf dieser Internetseite des Landes Berlin finden Sie lokale Stellen, bei denen Sie nachbarschaftliche Hilfe anfragen oder sich selbst engagieren können:

- [BürgerAktiv Internetdatenbank](#)
(<https://www.berlin.de/buergeraktiv/engagieren/corona-engagement/nachbarschaftshilfe/>)
- [Internetseite der Quarantänehelden](#)
(www.quarantaenehelden.org)

2.4.4 Ehrenamtliche Besuchsdienste

Die Besuche der Ehrenamtlichen der Besuchsdienste sind Ersatz oder Ergänzung für familiäre, freundschaftliche oder nachbarschaftliche Beziehungen, die nicht mehr (ausreichend) vorhanden sind. Neben Menschen mit wenigen sozialen Kontakten werden auch kranke Menschen, auch mit erheblichen Mobilitätseinschränkungen, besucht. Die Freiwilligen sind keine Haushaltshilfen und sie ersetzen keine professionelle Betreuung. Sie zeichnen sich dadurch aus, dass sie sich Zeit für Gespräche nehmen, „einfach da“ sind, vorlesen oder bei der Teilnahme am Leben helfen.

Kontakt:

- [Auflistung Berliner Besuchsdienste auf Berlin Besucht](#)
(www.berlin-besucht.de/freiwillige-besuchsdienste/)

Bitte erfragen Sie bei den jeweiligen Anbietern die Ausgestaltung des Angebots während der Corona Pandemie. Viele Besuchsdienste haben ihr Angebot derzeit auf die telefonische Betreuung bzw. den Kontakt über E-Mail und Briefverkehr umgestellt.

Auch die Kontaktstellen PflegeEngagement bieten einen Besuchsdienst an. Unter [Kapitel 2.4.1](#) finden Sie weitere Informationen zu diesen Kontaktstellen.

2.4.5 Berliner Mobilitätshilfedienste

Die Berliner Mobilitätshilfedienste wenden sich an alle Menschen ab 60 Jahren, die in ihrer Mobilität beeinträchtigt sind. Das sind Personen, die z. B. aufgrund Alter, Behinderung oder Krankheit ihre Wohnung nicht mehr aus eigener Kraft verlassen können. Neben dem Begleit- und Rollstuhlschiebedienst sowie Blindenbegleitung bieten sie auch Treppentransporte an, wenn Stufen zu überwinden sind.

Ziel ist, diesen Menschen Wege und Aktivitäten ihrer Wahl und die Teilnahme am Leben in der Gemeinschaft im Wohnumfeld zu ermöglichen und zu motivieren, (wieder mehr) nach draußen zu gehen und sich zu bewegen. Hierbei kann es sich um eine Begleitung zum kleinen Einkauf, zu einer kulturellen Veranstaltung oder auch nur um eine Begleitung zum Spaziergehen handeln.

Kontakt:

[Internetseite der Berliner Mobilitätshilfedienste.](#)

(<http://www.berliner-mobilitaetshilfedienste.de/seiten/bezirksstellen.html>)

2.4.6 Angehörige psychisch erkrankter Menschen Landesverband Berlin e.V.

Der Verein ist Ansprechpartner für Angehörige von Menschen mit psychischen Krisen oder Erkrankungen. Er bietet ihnen unabhängige, persönliche und auf Wunsch anonyme Beratung und Information auf ehrenamtlicher Basis zur Bewältigung ihrer eigenen Lebenssituation. Die Berater*innen sind oft selbst Angehörige psychisch erkrankter Menschen.

Außerdem koordiniert der Verein 20 Selbsthilfegruppen in ganz Berlin und online in Form von Videokonferenzen. Allgemeine Infoveranstaltungen werden in der zugehörigen Angehörigenakademie organisiert. Es werden Beratung, Begleitung, Information und Lobbyarbeit für Angehörige psychisch erkrankter Menschen angeboten.

Während der Corona Pandemie wird die Beratung telefonisch aufrechterhalten. Einige Selbsthilfegruppen werden online durchgeführt, andere entfallen. Aktuelle Übersichten gibt es auf der Internetseite des Vereins.

Kontakt:

- Adresse: Mannheimer Str. 32, 10713 Berlin
- Telefon: (030) 863 957 01
- [E-Mail an Angehörige psychisch kranker Menschen, Landesverband Berlin e.V.](mailto:info@apk-berlin.de)
(info@apk-berlin.de)
- [Internetseite von Angehörige psychisch erkrankter Menschen Landesverband Berlin e.V.](http://www.apk-berlin.de)
(www.apk-berlin.de)

2.4.7 Digitale Selbsthilfe – in.kontakt (App; bundesweites Angebot)

Als „Tor in die Welt“ vermittelt die App „in.kontakt“ pflegenden Angehörigen eine Möglichkeit sich digital auszutauschen, zu vernetzen und zu informieren. Zu jeder Zeit, an jedem Ort, zu jeder Frage! Sie bietet Selbsthilfegruppen oder einen Eins-zu-eins-Kontakt im Chat an. Dabei sind die Daten nach deutschem Standard geschützt.

Inhaltlich und thematisch sind dabei kaum Grenzen gesetzt. Der Bedarf der Nutzer*innen bestimmt den Inhalt. Auch die Möglichkeit zur Videotelefonie ist gegeben.

Weiterführende Informationen zur App „in.kontakt“ erhalten Interessierte unter dieser Internetseite:

[Internetseite von in.kontakt](http://www.in-kontakt.online/)

(<http://www.in-kontakt.online/>)

Über diese Internetseite können sich Interessierte auch gleich die APP „in.kontakt“ herunterladen. Im vorhandenen Wissensbereich gibt es Erklärvideos zum Anschauen.

2.5 Sterben, Tod und Trauer; Vorsorge: Zentrale Anlaufstelle Hospiz

Die Spezialberatungsstelle informiert und berät neutral und kostenlos zu den Themen Sterben, Tod und Trauer. Sie ergänzt das Beratungsangebot der Pflegestützpunkte bei Vermittlungs- und vertieftem Beratungsbedarf in diesen Themen.

Kontakt:

- Allgemeine telefonische Beratung: (030) 40 71 11 13 (Montag -Freitag von 9:00 bis 15:00 Uhr, ein AB ist geschaltet)
- [Online-Beratung der zentralen Anlaufstelle Hospiz](https://hospiz.beranet.info/)
(<https://hospiz.beranet.info/>)
- [E-Mail an die zentrale Anlaufstelle Hospiz](mailto:post@hospiz-aktuell.de)
(post@hospiz-aktuell.de)
- [Webseite der zentralen Anlaufstelle Hospiz](https://www.hospiz-aktuell.de/)
(<https://www.hospiz-aktuell.de/>)

2.6 Pflege und Beruf: KOBRA Beruf | Bildung | Arbeit

Die Beratungsstelle KOBRA bietet kostenfrei Informationen, Beratung und Unterstützung zu Freistellungsregelungen bei Pflege und weiteren Fragen im Zusammenhang mit der Vereinbarkeit von Pflege und Beruf. Möglich ist auch das Entwickeln eines persönlichen (Familien-) Pflegezeitmodells, das die Situation des Unternehmens und der eigenen persönlichen Berufs- und Lebensplanung berücksichtigt. Auch Beratung zur Rückkehr in den Beruf nach der Pflege wird angeboten.

Kontakt:

Terminvereinbarung: täglich 10:00 – 13:30 Uhr, zusätzlich Dienstag bis 16:00 Uhr.

- Telefon: (030) 6959 230
- Telefon: (030) 6959 2316.
Telefonische Sprechzeiten (Beraterin: Petra Kather-Skibbe):
Dienstag 14:00 – 15:30 Uhr und Donnerstag 10:00 – 12:00 Uhr unter:
- [E-Mail an KOBRA](mailto:petra.kather-skibbe@kobra-berlin.de)
(petra.kather-skibbe@kobra-berlin.de)
- [Internetseite von KOBRA](https://www.kobra-berlin.de/angebote/angehoerige-pflegen-und-berufstaetig-bleiben-471/)
(https://www.kobra-berlin.de/angebote/angehoerige-pflegen-und-berufstaetig-bleiben-471/)

2.7 Betreuungsintensive Kinder und Jugendliche

Kinder und Jugendliche, die einen hohen Pflege- oder Betreuungsbedarf haben, bekommen oft unterstützende Leistungen und Hilfen aus unterschiedlichen Hilfebereichen. Das macht es für Eltern und Angehörige oft schwierig, die richtigen Ansprechpartner und Leistungen zu finden und zu koordinieren. Wichtige Anlaufstellen für diese Familien sind in Berlin:

- Die Kinderbeauftragten der Berliner Pflegestützpunkte.
- Die Beratungsstellen Mina-Leben in Vielfalt e.V. und NESSt (Niedrigschwellige Elternservicestelle).
- Die Gesundheitsämter der Bezirke.
- Der Teilhabefachdienst im Jugendamt für Leistungen der Eingliederungshilfe.
- Die Sozialpädiatrischen Zentren und Kinder- und Jugendambulanzen zur Behandlung und Diagnostik für Kinder und Jugendliche mit Entwicklungsstörungen, Behinderungen und chronischen Erkrankungen.

Kontakte:

Eine gute Übersicht der oben genannten Anlaufstellen ist auf dieser Internetseite zu finden:

[Internetseite des Kinderversorgungsnetz Berlin](https://www.kinderversorgungsnetz-berlin.de/hilfsangebot/beratung)

(https://www.kinderversorgungsnetz-berlin.de/hilfsangebot/beratung)

2.8 Fachstelle LSBTI*, Altern und Pflege

Dieses Angebot bietet älteren und pflegebedürftigen LSBTI* (lesbischen, schwulen, bisexuellen, trans* und inter* Menschen) und deren Angehörigen eine Beratung im geschützten Rahmen. Die Information und Beratung erfolgt sowohl telefonisch als auch persönlich oder per E-Mail. Sprachmittlung ist möglich. Bitte erfragen Sie in der Corona-Pandemie die Rahmenbedingungen für das persönliche Gespräch.

Die Fachstelle bietet Beratung zu allen Themen, die mit der sexuellen oder geschlechtlichen Vielfalt zusammenhängen und können unter anderem auch geeignete Unterstützungs-, Pflege- und Wohnangebote vermitteln. Die Beratung ist kostenlos und vertraulich. Die Berater*innen unterstehen der Schweigepflicht.

Kontakt:

- Telefonisch unter 030 23 36 90 70, montags bis freitags von 10:00-17:00 Uhr
- [Internetseite der Fachstelle LSBTI](http://www.fachstelle-lsbti-pflege.de)
(www.fachstelle-lsbti-pflege.de)

E-Mails richten Sie bitte je nach Themenschwerpunkt an:

- Angehörige lesbischer und bisexueller Frauen
[E-Mail an Eva Obernauer](mailto:e.obernauer@schwulenberatungberlin.de)
(e.obernauer@schwulenberatungberlin.de)
- Angehörige von trans* und inter Personen
[E-Mail an Felicitas Humburg](mailto:f.humburg@schwulenberatungberlin.de)
(f.humburg@schwulenberatungberlin.de)
- übergreifende Themen und für Angehörige von schwulen und bisexuellen Männern
[E-Mail an Dr. Marco Pulver](mailto:D.Pulver@schwulenberatungberlin.de)
(D.Pulver@schwulenberatungberlin.de)

Die Adresse der Fachstelle: Fachstelle LSBTI*, Altern und Pflege, Schwulenberatung Berlin, Niebuhrstr. 59/60, 10629 Berlin.

2.9 Weitere Angebote

2.9.1 PfiFf (Pflege in Familien fördern)

Die AOK Nordost bietet mit dem Programm „Pflege in Familien fördern – PfiFf“ praktische Unterstützung (Pflegekurse) für Angehörige, Freunde, Nachbarn und Ehrenamtliche, die zu Hause pflegen.

Die PfiFf Sprechstunde steht als telefonische Anleitung während der Corona Pandemie bei Fragen zur praktischen Pflege in der Häuslichkeit zur Verfügung. Das Angebot gilt für Versicherte aller Kassen und kann auch in türkischer Sprache stattfinden. Sie ist die

Ergänzung zu den Beratungen in den Pflegestützpunkten bei allen Fragen rund um das Thema Pflege.

Kontakt:

- Anmeldung für eine telefonische Pflegeanleitung: 0800 265080-31541
- [E-Mail an Pfiff](mailto:pflegeakademie@nordost.aok.de)
(pflegeakademie@nordost.aok.de)

Nach Anmeldung vereinbart die AOK Pflege Akademie individuelle, zeitnahe Termine.

Mehr Informationen zu den oben genannten Angeboten gibt es auf dieser Internetseite:

[Internetseite von Pfiff](https://pflegeakademie.aok.de/aktuelles/aktualisierung-der-unterstuetzungen-im-programm-pflege-in-familien-foerdern-pfiff)

(<https://pflegeakademie.aok.de/aktuelles/aktualisierung-der-unterstuetzungen-im-programm-pflege-in-familien-foerdern-pfiff>)

2.9.2 Bezirkliche Beratungsstelle für Menschen mit Behinderung, AIDS- und Krebserkrankung

Die Beratungsstellen für Menschen mit Behinderungen, AIDS- und Krebserkrankungen gibt es in jedem Bezirk. Sie sind im Regelfall an das Gesundheitsamt angegliedert und bieten Beratung und Unterstützung rund um das Thema Krankheit, Pflege und Behinderung. Die Mitarbeiter vermitteln und organisieren helfende Angebote. Ratsuchende können hier auch Informationen zur Versorgung am Lebensende bekommen. Auch entlastende Gespräche zur Linderung von Notlagen werden dort angeboten. Es gibt Informationen über Präventionsangebote und Möglichkeiten zur Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft. Das Angebot richtet sich an Menschen mit einer solchen Erkrankung oder Behinderung, sowie deren Angehörige.

Kontakt:

Die Beratungsstellen gehören zu den Gesundheitsämtern der Bezirke. Dort finden Sie auch nähere Informationen zu Kontaktmöglichkeiten und Öffnungszeiten. Die meisten Stellen sind am Dienstagvormittag zu einer Sprechstunde geöffnet. Allerdings entfallen während der Corona Pandemie häufig die persönlichen Sprechstunden. Ein Anruf zur Kontaktaufnahme empfiehlt sich. Über folgende Telefonnummern erreichen Sie die Beratungsstellen:

- Charlottenburg-Wilmersdorf: (030) 902 91-6181
- Friedrichshain-Kreuzberg: (030) 902 98-8409
- Lichtenberg: (030) 902 96-7591
- Marzahn-Hellersdorf: (030) 902 93-37 / 41 / 42
- Mitte: (030) 90 18-451 81
- Neukölln: (030) 902 39-38 60

2.9.3 Bezirkliche Sozialpsychiatrische Dienste

Die Sozialpsychiatrischen Dienste gibt es in jedem Stadtbezirk. Sie bieten Hilfen für Menschen mit psychischen Störungen, aber auch für deren Angehörige und Menschen aus dem sozialen Umfeld an. Das Angebot richtet sich an:

- erwachsene Menschen mit psychischen Störungen (zum Beispiel Depressionen, Psychosen, Ängste, Zwangserkrankungen),
- erwachsene Menschen mit Suchterkrankungen (Alkohol-, Drogen-, Medikamentenabhängigkeit und andere Süchte),
- ältere Menschen, die ohne Hilfe nicht allein zurechtkommen sowie
- geistig behinderte Menschen.

Es wird zwischen Beratung, Betreuung und Hilfevermittlung einerseits sowie Krisenintervention andererseits unterschieden. Die Hilfen werden sowohl in der Dienststelle als auch aufsuchend vor Ort geleistet.

Kontakt:

Die Dienste sind von Montag bis Freitag im Zeitraum von 08:00 - 16:00 Uhr erreichbar. Donnerstags wird in den meisten Bezirken eine Spätsprechstunde bis 18:00 Uhr angeboten.

Die Sozialpsychiatrischen Dienste können über die Behördentelefonnummer 115 gefunden werden. Außerdem sind die jeweiligen Kontaktdaten auf dieser Internetseite des Landesbeauftragten für Psychiatrie zu finden:

[Kontakt Daten der bezirklichen Dienste](https://www.berlin.de/lb/psychiatrie/hilfe-in-krise/sozialpsychiatrische-dienste-der-bezirke/)

(<https://www.berlin.de/lb/psychiatrie/hilfe-in-krise/sozialpsychiatrische-dienste-der-bezirke/>)

2.9.4 Unterstützung junger Pfleger: Beratungsangebot „echt unersetzlich“

Jugendliche und junge Erwachsene, die sich um kranke oder behinderte Familienmitglieder kümmern, können sich an das Projekt ‚echt unersetzlich‘ wenden. Sie bekommen dort Unterstützung bei Fragen, Problemen oder Überforderung.

Die Pflege und das Kümmern um ein krankes Familienmitglied sind keine typischen Aufgaben in diesem jungen Alter. Nichtsdestotrotz pflegen im Durchschnitt ein bis zwei Jugendliche pro Schulklasse ein Familienmitglied.

Echt unersetzlich bietet themenoffene Beratung online und persönlich an, auf Wunsch auch anonym. Außerdem finden Betroffene auf der Internetseite des Projekts Informationen und Tipps. Gruppen- und Freizeitangebote pausieren derzeit und werden nach den Corona-Einschränkungen wiederaufgenommen. Echt unersetzlich ist ein Projekt der Beratungsstelle Pflege in Not. Dadurch können auch Familiengespräche angeboten werden.

Kontakt:

- Telefon: 030 612 02482 / 015780602760 (Kontakt auch per WhatsApp möglich)
- [E-Mail an „echt unersetzlich“](mailto:echt-unersetzlich@diakonie-stadtmitte.de)
(echt-unersetzlich@diakonie-stadtmitte.de)
- [Internetseite echt unersetzlich](https://www.echt-unersetzlich.de/)
(https://www.echt-unersetzlich.de/)

3 Hilfreiche weiterführende Informationsbroschüren und Ratgeber

Im Regelfall erhalten Sie die nachfolgenden Broschüren bei den Pflegestützpunkten in Berlin oder online unter dem jeweils angegebenen Link zum kostenfreien herunterladen.

- Was ist, wenn ...? - 24 Fragen zum Thema häusliche Pflege. Sie steht in 7 Sprachen zur Verfügung. Die Broschüre kann hier heruntergeladen werden:
[Internetseite "Pflege zu Hause" der Senatsverwaltung Abteilung Pflege Berlin](http://www.berlin.de/sen/pflege/pflege-und-rehabilitation/pflege-zu-hause/)
(www.berlin.de/sen/pflege/pflege-und-rehabilitation/pflege-zu-hause/).
- Nicht immer einfach – Begleitung in schwierigen Zeiten für pflegende Angehörige und Pflegebedürftige in Berlin. Die Broschüre kann hier heruntergeladen werden:
[Internetseite "Nicht immer einfach" des Diakonischen Werks Berlin Stadtmitte e. V.](https://www.diakonie-stadtmitte.de/aktuelles/news-einzelansicht/nicht-immer-einfach-neue-broschuere-fuer-pflegende-angehoerige-und-pflegebeduerftige-menschen-erschiene-1)
(<https://www.diakonie-stadtmitte.de/aktuelles/news-einzelansicht/nicht-immer-einfach-neue-broschuere-fuer-pflegende-angehoerige-und-pflegebeduerftige-menschen-erschiene-1>).
- Angebote für pflegende Angehörige. Die Broschüre kann hier heruntergeladen werden:
[Internetseite "Downloads" der RAGA Berlin](https://raga-berlin.de/index.php/downloads)
(<https://raga-berlin.de/index.php/downloads>).
- Wenn Ihr Arzt nicht mehr heilen kann... - Informationen rund um die Themen Sterben, Tod und Trauer. Die Broschüre kann hier heruntergeladen werden:
[Internetseite "Beratungsangebote" des Unionhilfswerks Berlin](https://www.palliative-geriatrie.de/kompetenzzentrum/beratung.html)
(<https://www.palliative-geriatrie.de/kompetenzzentrum/beratung.html>).
- Demenz – das Wichtigste. Die Broschüre kann hier heruntergeladen werden:
[Internetseite der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e. V. zur Broschüre](https://shop.deutsche-alzheimer.de/broschueren/33/demenz-das-wichtigste)
(<https://shop.deutsche-alzheimer.de/broschueren/33/demenz-das-wichtigste>).
- Ratgeber zu Demenzerkrankungen und Hilfsangeboten in Berlin. Der kostenlose Ratgeber kann bei der Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V. gegen Erstattung der Portokosten in Höhe von 1,55€ bestellt werden:
 - Telefon.: (030) 890 94 357 und
 - [Ratgeber per E-Mail bestellen](mailto:info@alzheimer-berlin.de)
(info@alzheimer-berlin.de)
- Bessere Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf. Die Broschüre kann hier heruntergeladen werden:
[Internetseite des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend](https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/broschuere--bessere-vereinbarkeit-von-familie--pflege-und-beruf/76070?view=DEFAULT)
(<https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/broschuere--bessere-vereinbarkeit-von-familie--pflege-und-beruf/76070?view=DEFAULT>).
- Pflegeselbsthilfe – Unterstützung für Angehörige in Berlin. Die Broschüre kann hier heruntergeladen werden:
[PDF-Dokument des Kompetenzzentrums Pflegeunterstützung](https://www.pflegeunterstuetzung)
([https://www.pflegeunterstuetzung-](https://www.pflegeunterstuetzung)

berlin.de/fileadmin/pflege/Dokumente_Pflege/Material/PflegeSelbsthilfe_Broschuere_w
eb.pdf).

- LSBTI*: Weil ich so bin, wie ich bin... - Praxisleitfaden zu Vielfalt in der Pflege. Die Broschüre kann hier heruntergeladen werden:

[Internetseite der Schwulenberatung Berlin](#)

(<https://schwulenberatungberlin.de/post/vorstellung-des-leitfadens>).

Außerdem stellt die Stiftung ZQP (Zentrum für Qualität in der Pflege) auf ihrer Internetseite viele hilfreiche Informationen bereit:

Fundierte Informationen zur Prävention bei alten pflegebedürftigen Menschen und Pflegenden finden Sie beispielsweise auf diesem Link:

[Wissen über Prävention in der Pflege](#)

(www.pflege-praevention.de/wissen/)

Infoseite mit Tipps für pflegende Angehörige zum Schutz vor dem Corona-Virus gibt es hier:

[Wissen und Tipps für pflegende Angehörige zum Schutz vor dem Corona-Virus](#)

(www.pflege-praevention.de/corona-schutz-angehoerige/)

Diese Liste wird fortlaufend aktualisiert. Wenn Sie eine aktualisierte Liste in der Zukunft wünschen, Ergänzungen und Änderungswünsche haben, schicken Sie diese bitte an:

Fachstelle für pflegende Angehörige, Katharina Lange:

[E-Mail an die Fachstelle für pflegende Angehörige](#)

(hilfsangebote@angehoerigenpflege.berlin)