



Die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf

Wie Arbeitnehmer von der Familienpflegezeit profitieren können

BRANDENBURG. Tritt innerhalb der Familie ein Pflegefall auf, stellt das Angehörige nicht nur emotional, sondern auch organisatorisch vor große Herausforderungen. Um die Pflegebedürftigen nicht aus dem gewohnten Umfeld zu reißen, entscheiden sich viele, die Pflege zu Hause selbst zu übernehmen. Vor allem für Berufstätige ist es dann schwierig, Job, Pflege und Privatleben unter einen Hut zu kriegen. Hier kann die Familienpflegezeit helfen. Was das ist, wer einen Anspruch darauf hat und was es zu beachten gilt, weiß Dirk Görgen, Pflegeexperte der DKV.

Die Zahl der Pflegebedürftigen in Deutschland steigt und rund 80 Prozent von ihnen werden zu Hause versorgt – meist durch Angehörige. Vor allem für Berufstätige ist das oft nicht einfach. Mit der sogenannten Familienpflegezeit bietet der Gesetzgeber eine Unterstützungsmöglichkeit für pflegende Angehörige, mit der sie die Möglichkeit haben,

ihre Arbeitszeit auf bis zu 15 Stunden pro Woche zu reduzieren. „Die verkürzte Arbeitszeit bezieht sich dabei auf den Jahresdurchschnitt“, erläutert Dirk Görgen, Pflegeexperte der DKV. „Mit dem sogenannten Blockmodell können sich Berufstätige die Zeit nach Rücksprache mit dem Arbeitgeber so einteilen, dass sie zu den Bedürfnissen des Pflegebedürftigen passt. „Insgesamt ist das maximal für zwei Jahre möglich. Entsprechend der reduzierten Arbeitszeit sinkt auch das Gehalt des Beschäftigten“, so Görgen.

Um die Familienpflegezeit zu beantragen, ist das Vorliegen eines Pflegegrads Voraussetzung. Die pflegende Person muss außerdem ein naher Angehöriger sein. Dazu gehören unter anderem Eltern, Großeltern, Stief- oder Schwiegereltern, Ehegatten, Lebenspartner, Partner in einer eheähnlichen oder lebenspartnerschaftsähnlichen Gemeinschaft, Geschwister, Kinder

oder Enkelkinder. „Darüber hinaus ist es entscheidend, dass die Pflege im häuslichen Umfeld – Ausnahmen gelten bei minderjährigen pflegebedürftigen nahen Angehörigen – und durch einen Arbeitnehmer, Auszubildenden oder einen Heimarbeiter erfolgt“, erklärt der Pflegeexperte der DKV. Ein Anspruch auf Familienpflegezeit besteht grundsätzlich nur, wenn im Unternehmen mindestens 26 Mitarbeiter beschäftigt sind. „Es ist aber in jedem Fall sinnvoll, beim Arbeitgeber nachzufragen und das Gespräch zu suchen“, rät Görgen.

Um die Familienpflegezeit zu beantragen, müssen Arbeitnehmer laut § 2a Abs. 1 des Familienpflegezeitgesetzes (FPfZG) ihren Arbeitgeber mindestens acht Wochen vorher schriftlich darüber informieren und ihm die gewünschte Dauer und Arbeitszeit mitteilen. Der Arbeitgeber hat den Wünschen des Arbeitnehmers zu entsprechen, es sei denn, dass dringende betriebliche

Gründe entgegenstehen. Die Parteien sollten die getroffene Vereinbarung schriftlich festhalten. Es ist außerdem mit Zustimmung des Arbeitgebers jederzeit möglich, auch während der laufenden Familienpflegezeit, die angegebene Dauer bis auf die maximalen zwei Jahre zu verlängern. Ein Musterformular für die Beantragung beim Arbeitgeber bietet beispielsweise die Website wege-zur-pflege.de des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

Während der Familienpflegezeit verdienen Arbeitnehmer weniger, müssen aber natürlich weiter ihre laufenden Kosten decken. Damit sie dann durch den geringeren Lohn nicht in finanzielle Schieflage geraten, haben sie Anspruch auf ein zinsloses Darlehen des Bundesamts für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFZA). „Im Rahmen der Förderung erhalten sie jeden Monat eine Rate in Höhe der halben Differenz zwischen dem al-

Die Vereinbarkeit von Pflege-tätigkeit und Beruf stellt Pflegen-de oft vor eine große Herausfor-derung. Die Familienpflege-zeit kann ein Lösungsmodell sein. Foto: ERGO Group

ten und dem gekürzten monatlichen Nettogehalt“, so Görgen. Mit dem sogenannten Familienpflegezeit-Rechner des BAFZA können Arbeitnehmer herausfinden, wie hoch ihr Darlehen voraussichtlich ausfällt. Die Rückzahlung nach Beendigung der Freistellung erfolgt dann ebenfalls in monatlichen Raten. „Für die Beantragung beim BAFZA benötigen Arbeitnehmer ihre Entgeltbescheinigung, die Bescheinigung über die Pflegebedürftigkeit sowie die schriftliche Vereinbarung mit dem Arbeitgeber“, erklärt der Pflegeexperte der DKV. Ein Musterformular für die Antragsstellung steht ebenfalls auf der Website des BAFZA zur Verfügung. WS

Erste Schadstofftour im Jahr 2024

Kostenlose Abgabe für Privatpersonen

OSTPRIGNITZ-RUPPIN. Seit dem 11. April findet die erste Schadstofftour in diesem Jahr im Landkreis Ostprignitz-Ruppin statt. Alle privaten Haushalte, die an die öffentlichen Abfallsorgung angeschlossen sind, können dann wieder direkt vor Ort ihre gefährlichen Abfälle an die Mitarbeiter des Schadstoffmobils übergeben. Die Abgabe ist für Privatpersonen kostenlos.

An folgenden Samstagen macht das Schadstoffmobil in diesem Jahr, jeweils in der Zeit von 8.30 bis 12 Uhr, auf den Abfallannahmestellen des Landkreises halt.

Umladestation Temnitzpark in Werder (1. Juni und 21. September) und Annahmestelle Kyritz-Strüwe (23. November).

Die genauen Sammlungstermine und Standplätze findet man in der Abfallfibel, über die Abfall-App „ABFALLimBLICK“ und im Tourenplan auf der Internetseite der Abfallwirtschaft.

Schadstoffe können nur in haushaltsüblichen Mengen abgegeben werden, pro Person/Haushalt und Sammlungstermin sind das maximal 50 l beziehungsweise 50 kg. Die Behälter sollten zudem einen maximalen Inhalt von 25 l oder ein Gewicht

von 25 kg nicht überschreiten. Die maximale Behältergröße beträgt 60 l. Die Abfälle dürfen keinesfalls unbeaufsichtigt abgestellt werden. Größere Mengen, sperrige oder beschädigte sowie offene Behälter können aus Sicherheits- und Kapazitätsgründen in diesem Rahmen und an diesem Tag nicht angenommen werden. In einem solchen Fall kann unter der Tel. 03391/6886756 eine separate Entsorgung abgestimmt werden.

Dispersionsfarben (Lösungsmittelfrei), Binderfarben auf Wasserbasis, alle ausgehärtete Farben und Lacke sowie alte Kosmetika sind keine gefährlichen Abfälle und werden daher nicht angenommen. Diese können wie auch eingetrocknete Pinsel, Malerrollen und Abdeckmaterial in der Restmülltonne beziehungsweise die leeren Farbdosen/Eimer in der Gelben Tonne entsorgt werden.

Für Gewerbetreibende besteht die Möglichkeit der kostenpflichtigen Schadstoffentsorgung. Hierzu ist die schriftliche Anmeldung bei der Abfallwirtschaft des Landkreises notwendig. Das Anmeldeformular findet man unter www.opr.de/abfallwirtschaft-muellentsorgung. WS

Ein Arbeitseinsatz im Anglerhafen

KYRITZ. Zum zweiten Arbeitseinsatz in diesem Vereinsjahr treffen sich am heutigen Samstag, dem 13. April, und am morgigen Sonntag, dem 14. April, die Mitglieder des Anglervereins Kyritz e. V. jeweils von 8 Uhr bis

12 Uhr auf dem Vereinsgelände am Untersee. Besonders die Bootsstandpächter von Halle 3 sind dazu eingeladen und gebeten Schaufel, Spaten, Harke und – wenn vorhanden – Schubkarre mitzubringen. WS

Medizin

ANZEIGE

Schmerzen bekämpfen – doppelt so schnell¹

Das geht mit flüssigem Ibuprofen in Kapselform

Wenn der Schmerz überhandnimmt, dann sollte es schnell gehen. Der Griff zu Ibuprofen ist für viele Schmerzgeplagte obligatorisch. Häufig greifen wir einfach aus Gewohnheit zur herkömmlichen Schmerztablette. Doch seit ein paar Monaten greifen immer mehr Schmerzgeplagte zur innovativen Flüssigkapsel von Spalt Forte, die doppelt so schnell¹ Schmerzen bekämpft wie herkömmliche Ibuprofen-Tabletten.

Ein Pochen an der Schläfe, ein Stechen im Knie, ein dumpfes Dröhnen im Kopf – Schmerzen kennt jeder von uns. Besonders häufig treten Kopf- und Gelenkschmerzen auf. Manchmal begleiten uns die Schmerzen Stunden, manchmal Tage und manchmal bleiben sie sogar dauerhaft. Egal wo der Schmerz sitzt und welcher Art er auch ist, der Wunsch der Betroffenen ist immer derselbe: den Schmerz schnell abzuschalten!



Schneller schmerzfrei mit Spalt: flüssiges Ibuprofen in Kapselform

Seit über 88 Jahren vertraut Deutschland auf Spalt, wenn es um Schmerzen geht. Mit Spalt Forte hat die Expertenmarke eine Flüssigkapsel entwickelt, die mit flüssigem Ibuprofen einen deutlich schnelleren Wirkeintritt ermöglicht als herkömmliche Ibuprofen-Tabletten.

Das Besondere: 400 mg vollständig gelöstes Ibuprofen wurden in eine einen Millimeter

dünne, weiche Hülle in einer innovativen Flüssigkapsel eingeschlossen. Im Gegensatz zur Tablettenform liegt der flüssige Wirkstoff Ibuprofen deutlich schneller frei verfügbar vor, denn er muss nicht erst im

Dünndarm aufgelöst werden. So wird die maximale Konzentration von Ibuprofen im Blutplasma doppelt so schnell¹ erreicht wie bei Ibuprofen in Tablettenform. Das Ergebnis: schneller schmerzfrei mit langanhaltendem Effekt.

Fragen Sie gezielt nach Spalt Forte

Neben der extra schnellen Schmerzlinderung bekämpft Spalt Forte zusätzlich entzündlich- sowie schwellungsbedingte Schmerzen und Fieber. Zudem sind die kleinen Kapseln leicht einzunehmen und gut zu schlucken. Kein Wunder, dass Spalt Forte Flüssigkapseln in Deutschland so beliebt sind. **Spalt – schaltet den Schmerz ab, schnell!**

- **Doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs vom Körper¹**
- **Bekämpft auch entzündlich bedingte Schmerzen**
- **Wirkt langanhaltend**
- **Rezeptfrei**

Für Ihre Apotheke:
Spalt Forte
(PZN 00793839)

www.spalt-online.de



„Es gibt viele Schmerzmittel mit Ibu, aber Spalt Forte wirkt am schnellsten bei mir.“

(Norbert L.)



„Ich nehme immer dieses Präparat, wenn ich eine Schmerztablette benötige. Durch den Flüssigwirkstoff wirken sie schneller als andere Präparate. Und sie sind für mich gut verträglich.“

(Sabine H.)

DONNERNDE MIGRÄNE? FORMIGRAN!

Die Nr. 1* wirkt in unter einer Stunde.¹

Formigran setzt gezielt dort an, wo der Migräne-Schmerz entsteht und bekämpft Begleitsymptome wie Übelkeit, Licht- oder Lärmempfindlichkeit.



Code scannen und Produkt direkt online bestellen

*Absatz nach Packungen, OTC Arzneimittel mit Naratriptan und Almotriptan; Quelle: Insight Health, MAT 12/2022 • Vor der Einnahme sollte Rücksprache mit einem Arzt gehalten werden. • <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10321110/> • Abbildung Betroffenen nachempfunden
FORMIGRAN 2,5mg Filmtablette. Wirkstoff: Naratriptan (als Naratriptanhydrochlorid). Akute Behandlung der Kopfschmerzphasen von Migräneanfällen mit und ohne Aura. Enthält Lactose. www.formigran.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Grafelfing

¹PharmaSGP GmbH, Fachinformation des Arzneimittels „Spalt Forte“ beschreibt die doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs Ibuprofen vom menschlichen Körper; Stand der Information: Januar 2022. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Namen geändert
SPALT FORTE. Wirkstoff: Ibuprofen. Für Erwachsene zur kurzzeitigen symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen wie Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Regelschmerzen; Fieber. Spalt Forte soll nicht längere Zeit oder in höherer Dosierung ohne ärztlichen oder zahnärztlichen Rat eingenommen werden. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! www.spalt-online.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Grafelfing