

Dein Pflegeplan: Gemeinsam für eine starke Betreuung

Ein harmonischer Alltag in der 24-Stunden-Betreuung beginnt mit Klarheit. Dieser Pflegeplan dient als Brücke zwischen Deiner Familie und der Betreuungskraft. Er hilft dabei, Erwartungen abzugleichen, Routinen festzulegen und die Sicherheit Deiner Liebsten an erste Stelle zu setzen. Nutze diese Vorlage als lebendiges Dokument, das mit den Bedürfnissen Deines Angehörigen mitwächst.

1. Wer steht im Mittelpunkt? – Die persönlichen Eckdaten

Bevor die Betreuung startet, ist es wichtig, dass Deine Pflegekraft ein klares Bild von Deinem Angehörigen bekommt. Hier halten wir nicht nur die harten Fakten fest, sondern auch das, was die Person im Innersten ausmacht – wie etwa liebgewonnene Bräuche oder religiöse Werte....

Feld	Information / Eintragung
Vollständiger Name	
Geburtsdatum	
Diagnosen / Krankheitsbild	
Adresse & Stockwerk	
Religiöse / Kulturelle Bräuche	

2. Was wollen wir erreichen? – Ziele der Betreuung

Gute Pflege ist Zielarbeit. Wenn die Betreuungskraft weiß, ob heute die Sturzprävention oder die soziale Aktivierung wichtiger ist, kann sie ihren Fokus richtig setzen. Kreuzt gemeinsam an, was für Euch im Alltag oberste Priorität hat.

Individuelles Ziel	Priorität (Hoch / Mittel)	Persönliche Anmerkungen
Selbstständigkeit fördern (z. B. beim Essen, Anziehen)		
Sturzprävention & Sicherheit (z. B. Begleitung im Bad)		
Soziale Kontakte pflegen (z. B. Freunde treffen)		
Schmerzlinderung & Wohlbefinden (z. B. Lagerung)		
Kognitive Aktivierung (z. B. Vorlesen, Spiele)		
Gesunde Ernährung & Hydrierung (z. B. 1,5L Ziel)		
Sonstiges:		

3. Der Rhythmus des Tages – Strukturvorgabe

Routine gibt Sicherheit – besonders bei Demenz. In dieser Tabelle definieren wir den roten Faden für den Tag. So weiß die Pflegekraft aus Rumänien oder der Slowakei genau, wann Zeit für Kaffee ist und wann die Ruhephasen beginnen.

Uhrzeit / Phase	Tätigkeit & Unterstützung	Besondere Vorlieben / Hinweise
Morgen		
Vormittag		
Mittag		
Abend		
Nacht		

4. Das Sicherheitsnetz – Deine Notfall-Liste

Im Notfall zählt jede Sekunde. Diese Liste sollte ausgedruckt nicht nur in diesem Pflegeplan liegen, sondern auch gut sichtbar (z. B. am Kühlschrank oder im Flur) hängen. So kann Deine Betreuungskraft sofort handeln, ohne wertvolle Zeit mit Suchen zu verlieren.

Kontakttyp	Name	Telefonnummer
Hausarzt		
Haupt-Angehöriger		
Notruf - Rettung (AT)	Rettungsdienst	144
Euronotruf	Notruf	122
Nächstes Krankenhaus		
Therapeut (Physio / Ergo)		
Apotheke (Stammhaus)		
Notfall-Support		

5. Sicherheit an erster Stelle – Medizinische Bedürfnisse

Hier geht es um das fachliche Herzstück. Damit bei der Medikamentengabe oder bei Schluckbeschwerden keine Fehler passieren, muss diese Tabelle absolut präzise ausgefüllt werden. Das gibt der Kraft Sicherheit und Dir ein beruhigtes Gefühl.

Bereich	Details & Anforderungen
Medikamentenplan	
Ernährung & Trinken	
Mobilität & Hilfsmittel	
Bekannte Allergien	
Psychisches Befinden	



Noras Tipp: Drucke diese Seiten aus und gehe sie am ersten Tag gemeinsam mit Deiner neuen Betreuungskraft bei einer Tasse Tee durch. Das bricht das Eis und schafft von Anfang an professionelle Klarheit.