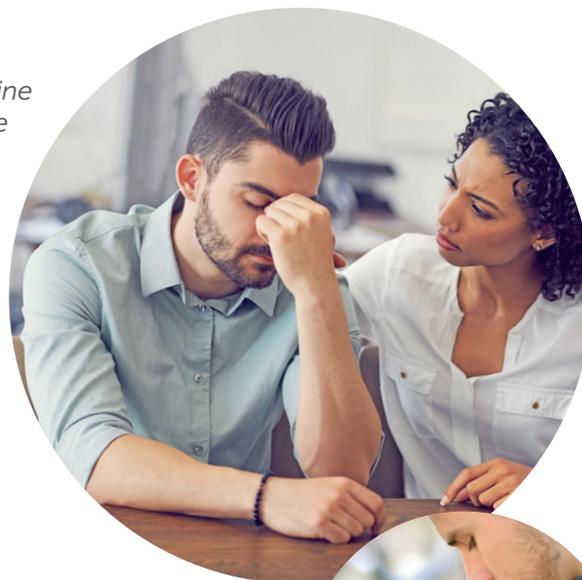


EIN BEISPIEL AUS DER PRAXIS:

Weil Trauerfälle und pflegebedürftige Angehörige für Mitarbeitende eine zusätzliche Belastung darstellen, die oft negative Auswirkungen auf die psychische und körperliche Gesundheit haben können, unterstützt Beiersdorf seine Mitarbeitenden mit Angeboten der Sozialberatung, damit sie selbst gesund bleiben. Vier Vereinbarkeitslotsen Pflege und Beruf sind fester Bestandteil der Sozialberatung des Unternehmens. Sie beraten sowohl pflegende als auch trauernde Mitarbeitende individuell und unterstützen sowohl einmalig als auch prozessbegleitend über einen längeren Zeitraum. Bei Bedarf vermitteln sie zu externen Beratungsstellen wie Trauerberatungsstellen oder Selbsthilfegruppen. Verstirbt eine oder einer der Mitarbeitenden, begleitet die Sozialberatung auf Wunsch das Team und die Führungskräfte.

**DIGITALE UNTERSTÜTZUNG****DAK PFLEGE-APP**

Der mobile Helfer für die Hosentasche unterstützt pflegende Angehörige bei wichtigen Fragen rund um die häusliche Pflege, erinnert an Alltägliches und hilft beim Thema Hilfsmittel ebenso wie beim Planen von Abläufen.

www.dak.de/pflege-app

DAK PFLEGE COACH

Der Online-Pflegekurs führt alle, die Angehörige pflegen, Schritt für Schritt durch Themen wie Körperpflege, Krankheitsbilder oder Hilfsmittel und kann im eigenen Tempo von zu Hause genutzt werden.

www.dak.de/pflegecoach

**ONLINE-SEMINAR:
STRESSBEWÄLTIGUNG DURCH
BEWEGUNG**

Interaktives Live-Seminar, in dem bewegungsbezogene Achtsamkeit als Weg zur Stressbewältigung in Beruf und Alltag vorgestellt wird.

www.dak.de/digitalesBGM

**WAS IST WICHTIG IM GESPRÄCH MIT
TRAUERNDEN BESCHÄFTIGTEN?**

- Zeigen Sie Wertschätzung.
- Seien Sie empathisch.
- Hören Sie aufmerksam zu.
- Bieten Sie Unterstützung an.

LEISTUNGEN FÜR BERUFSTÄTIGE**PFLEGEUNTERSTÜTZUNGSGELD**

Pflegende Angehörige können sich unter bestimmten Voraussetzungen kurzfristig unbezahlt von der Arbeit freistellen lassen. Das Pflegeunterstützungsgeld entlastet während dieser Zeit finanziell. Pflegeunterstützungsgeld beantragen: www.dak.de/pflege

PFLEGEZEIT

Für die Pflege von Angehörigen können sich Beschäftigte für eine Pflegezeit von bis zu sechs Monaten von der Arbeit freistellen lassen. Die DAK-Gesundheit gewährt ihnen einen Zuschuss zur Kranken- und Pflegeversicherung, wenn Beschäftigte sich in dieser Zeit selbst versichern müssen. Beitragszuschuss beantragen: www.dak.de/pflege

FAMILIENPFLEGEZEIT

Beschäftigte können ihre Arbeitszeit für maximal 24 Monate reduzieren, um nahe Angehörige zu pflegen. Die wöchentliche Arbeitszeit beträgt während der Familienpflegezeit mindestens 15 Stunden.

Weitere Informationen rund um die Pflege: www.dak.de/pflege