

# Wenn Mama mal krank ist

Wer kümmert sich um die Kinder, wer wäscht und kocht, wenn's die Mutter nicht kann? Was viele nicht wissen: Krankenkassen zahlen eine **Haushaltshilfe** für die Familie

VON JULIA DONATH

Jede Mutter weiß: Wenn sie ausfällt, kann zu Hause regelrechtes Chaos ausbrechen. Und wenn Mama ins Krankenhaus oder in die Kur muss, wird es richtig knifflig. Was leider nicht jeder weiß: Wenn Sie es nicht schaffen, haben Sie das Recht, dass jemand anderes sich um Ihre Kinder kümmert. Konkret gilt laut Paragraph 38 des Sozialgesetzbuchs: Sie haben das Recht auf eine Haushaltshilfe, wenn die Versorgung von Kindern unter zwölf nicht gesichert ist. **Wann steht mir Hilfe zu?** Wenn Sie gesetzlich krankenversichert sind, können Sie einen Antrag auf Haushaltshilfe stellen, falls Sie wegen eines Krankenhausaufenthalts, einer akuten Erkrankung, eines Kur- oder Reha-Besuchs oder aus sonstigen zwingenden Gründen nicht in der Lage sind, Ihre Kinder zu betreuen. Dabei gelten zwei

Voraussetzungen: Zum einen muss mindestens ein Kind unter zwölf Jahren bei Ihnen wohnen (bei behinderten Kindern gilt keine Altersbeschränkung), zum anderen darf es niemanden sonst in Ihrem Haushalt geben, der einspringen könnte. Das gilt auch, wenn Sie mit einem Kind ins Krankenhaus müssen und ein weiteres zu Hause versorgt werden muss. Sonderregel: Wenn Sie wegen einer Entbindung oder ei-

**+ Kurzer Check vorweg:** Klären Sie Ihre Familienhilfe über Besonder- und Eigenheiten der Kinder auf (Essensvorlieben, Zubettgehzeiten usw.), notieren Sie alle wichtigen Telefonnummern, sagen Sie in der Schule oder im Kindergarten Bescheid und stellen Sie eine Vollmacht aus, damit die Kinder auch von einer zunächst fremden Person abgeholt werden dürfen.

ner komplizierten Schwangerschaft den Haushalt nicht führen können, zahlen viele Kassen auch dann eine Haushaltshilfe, wenn bei Ihnen noch keine Kinder leben. **Wie finde ich die richtige Unterstützung?** Familienhilfen gibt's quasi auf Rezept. Ihr Hausarzt verordnet Ihnen die Hilfe für eine bestimmte Zeit. Aber was ist der Unterschied zwischen einer Haushaltshilfe und einer Familienpflegerin? Wenn der Arzt Ruhe während der Schwangerschaft oder nach einer Operation anordnet, kommt eine Haushaltshilfe für zwei bis vier Stunden täglich. Das reicht in aller Regel fürs Wäschewaschen, Mittagessenkochen und Einkaufen. Wer im Bett bleiben muss oder im Krankenhaus liegt, kann bis zu zehn Stunden täglich Hilfe bekommen. „Unsere Helferinnen sind erfahrene Mütter, die den Haushalt schmeißen, mit den Kindern spielen und all das tun, was sonst die Mutter

FOTO: CORBIS



Die beste Ersatzmama? Ganz klar: Papa! Wenn er einspringt, bezahlen viele Kassen seinen Verdienstausschlag

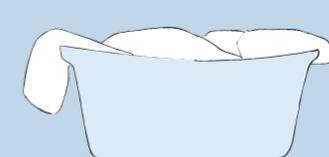
erledigt“, sagt Karl-Heinz Wolber, Geschäftsführer von makawo, einer privaten Firma, die Familienhilfen in Niedersachsen vermittelt ([www.makawo.de](http://www.makawo.de)).

Kerstin Ammermann, Geschäftsführerin und Einsatzleiterin des diakonischen Werkes Windsbach ([www.familienpflegebayern.de](http://www.familienpflegebayern.de)) erklärt: „Familienpflegerinnen sind ausgebildete Kräfte, sie kommen z. B. dann zum Einsatz, wenn Säuglinge oder mehrere Kinder betreut werden müssen.“

Es gibt eigentlich für alles eine Lösung, selbst wenn Sie nicht nur Haushalt und Kinderbetreuung schmeißen, sondern z. B. zusätzlich einen Bauernhof betreiben, kann Ihnen geholfen werden. Sogenannte Dorf-

helferinnen kümmern sich nämlich auch um landwirtschaftliche Betriebe.

**Hier gibt's Hilfe** „Die Caritas hat mir vieles abgenommen“, berichtet z. B. Maria. Die 40-Jährige hat zwei kleine Kinder (1 und 3) und ein Bandscheibenproblem. Momentan ist sie nach einer Operation vier Wochen in der Reha-Klinik – zu Hause läuft es trotzdem gut. „Ich rief bei meiner Krankenkasse an und bekam schon telefonisch eine Zusage für Familienhilfe, zwei Tage später wurde sie schriftlich bestätigt“, erzählt Maria. „Mit der Caritas läuft es bislang reibungslos, wir stehen regelmäßig in Kontakt, und meine Kinder werden fünf Wochen lang acht Stunden



## Hier gibt's Hilfe

Die wichtigsten Informationen, Telefonnummern, Ansprechpartner

[www.caritas.de/22245.html](http://www.caritas.de/22245.html)

Die Seite des deutschen Caritasverbands informiert über Leistung und Angebot der Familienpflege und hilft, Ansprechpartner in Ihrer Nähe zu finden.

[www.diakonie.de/landesverbaende](http://www.diakonie.de/landesverbaende)

Hier finden Sie alle Adressen, Internetseiten, Ansprechpartner und Telefonnummern der Landesverbände der Diakonie der evangelischen Kirchen.

[www.awo.org/pub/verbd\\_einr\\_regio/index.html](http://www.awo.org/pub/verbd_einr_regio/index.html)

Unter dieser Adresse finden Sie auf den Seiten der Arbeiterwohlfahrt alle Verbände der einzelnen Bundesländer und damit Ansprechpartner auch in Ihrer Nähe.

täglich betreut. Die restliche Zeit und am Wochenende springt mein Mann ein.“

Sie können sich bei der Caritas, der Diakonie, Familienpflegediensten oder anderen städtischen und sozialen Einrichtungen beraten und bei der Antragstellung helfen lassen. Oder Sie wenden sich direkt an Ihre Krankenkasse. Viele Kassen haben Verträge mit privaten Pflegediensten, Sozialstationen oder Wohlfahrtsverbänden, organisieren im Idealfall eine Helferin und regeln auch sonst alles Weitere. Bedingung ist immer das ärztliche Attest. Wenn's schnell gehen soll, können Sie es für die Antragstellung formlos an die Kasse faxen. **Was kostet mich das?** Die gesetzlichen Krankenkassen oder die Rentenversicherung bezahlen die Familienhilfe. Auf Sie kommt eine Zuzahlung von zehn Prozent der täglichen Kosten zu (mindestens 5 und höchstens 10 Euro pro Tag). Bei Schwangerschaft und Entbindung entfällt die Zuzahlung. Die meisten privaten Versicherungen lehnen eine Kostenübernahme ab. **Kann ich das auch privat regeln?** Natürlich können Ihnen auch Verwandte, Freunde oder Nachbarn helfen. Die Krankenkassen übernehmen dann in den allermeisten Fällen die Fahrtkosten und erstatten den entstehenden Verdienstausschlag. 🙌