

NOTFALLTRESOR

Pflegetagebuch

Gut vorbereitet in die Begutachtung.

Vierzehn Tagesseiten zum Ausfüllen von Hand, gegliedert nach den sechs Bereichen, in denen der Medizinische Dienst die Selbständigkeit bewertet. So lässt sich im Termin jeder Eintrag direkt zuordnen.

6

Bereiche wie in
der Begutachtung

14

Tagesseiten
zum Ausfüllen

1

Auswertung für
den Termin

Zum Ausdrucken gedacht. Beginnen Sie spätestens mit dem Antrag und nehmen Sie das Tagebuch zum Termin mit.

notfalltresor.de

So führen Sie dieses Tagebuch

Beim Termin sieht die Gutachterin oder der Gutachter nur einen Ausschnitt, in der Regel bis zu einer Stunde. Ihr Tagebuch zeigt den Alltag dazwischen: welche Hilfe an gewöhnlichen Tagen nötig ist, tagsüber und nachts.

1 Mindestens zwei Wochen, jeden Tag

Empfohlen werden mindestens zwei Wochen mit täglichen Einträgen. Beginnen Sie spätestens mit dem Antrag. Eine Pflicht ist das Tagebuch nicht, aber zwei Wochen zeigen auch, was nur ab und zu vorkommt.

2 Abends ankreuzen, was heute nötig war

Je Bereich kreuzen Sie an, welche Hilfe vorkam, gern auch mehreres. **Angeleitet** heißt auch: erinnert, aufgefordert, etwas zurechtgelegt, beaufsichtigt oder aus Sicherheitsgründen dabeigeblichen. In die Zeile schreiben Sie, wobei und wie oft. Ging es allein, genügt „allein“.

3 Notieren, was nötig war, nicht was gewohnt ist

Bewertet wird, was die Person selbst kann, auch mit Hilfsmitteln: Wer mit Rollator allein durch die Wohnung kommt, gilt dort als selbständig. Übernehmen Sie etwas nur aus Gewohnheit, schreiben Sie das ehrlich dazu.

4 Der typische Tag zählt, nicht der gute

Schwankt das Befinden, zählt etwa bei Mobilität und Selbstversorgung das Gesamtbild über die Woche, nicht die Tagesform. Am Termin nimmt sich mancher zusammen oder spielt Schwierigkeiten aus Scham herunter. Ihre Einträge zeigen, wie es gewöhnlich ist. Oben auf jeder Seite halten Sie fest, wie der Tag im Vergleich war.

5 Auch das Unangenehme und die Nächte

Inkontinenz, Ängste, Unruhe oder Hilfe in der Nacht werden leicht vergessen oder ungern angesprochen. Schreiben Sie es sachlich auf, ohne zu beschönigen und ohne zu übertreiben. Dann spricht das Tagebuch für Sie.

6 Minuten sind freiwillig

Der Pflegegrad richtet sich nach der Selbständigkeit, nicht nach der Zeit. Die Minuten helfen aber, wenn der Gutachter Sie nach Ihren Pflegetagen und -stunden pro Woche fragt.

WER ZUM TERMIN KOMMT

Zur Begutachtung kommt kein Amtsarzt, sondern der Medizinische Dienst, bei Privatversicherten Medicproof. Es kommt eine Pflegefachkraft oder eine Ärztin bzw. ein Arzt, in der Regel zu Ihnen nach Hause. Über den Pflegegrad entscheidet danach die Pflegekasse.

Grundlage: § 15 SGB XI mit Anlage 1 und 2 sowie die Begutachtungs-Richtlinien (in Kraft seit 26.09.2024); Empfehlungen von SoVD, VdK, Verbraucherzentrale und betanet. Stand: 25. September 2026.

Sechs Bereiche wie in der Begutachtung

Der Medizinische Dienst bewertet in sechs Modulen, wie selbständig ein Mensch ist. Jede Tagesseite folgt genau diesen Modulen. So wissen Sie beim Schreiben, worauf es ankommt, und im Termin lässt sich jeder Eintrag zuordnen.

SO STARK ZÄHLEN DIE BEREICHE

10 %	15 %	40 %	20 %	15 %
Bereich 1	Bereich 2 oder 3	Bereich 4	Bereich 5	Bereich 6

Aus den Bereichen 2 und 3 zählt nur der höhere Wert, sie werden nicht addiert (§ 15 SGB XI).

1 Mobilität

MODUL 1

Bewertet wird im Modul „Mobilität“: Lagewechsel im Bett, stabil sitzen, Umsetzen (etwa vom Stuhl ins Bett), Fortbewegen in der Wohnung und Treppensteigen, auch wenn es zu Hause keine Treppe gibt.

Notieren Sie: Wobei Sie stützen, begleiten oder heben. Begleitung auf der Treppe wegen Sturzgefahr gehört dazu. Ob jemand den Weg findet, zählt nicht hier, sondern in Bereich 2. Tipp: Stürze und Beinahe-Stürze mit Datum festhalten.

2 Orientierung und Verständigung

MODUL 2

Bewertet wird im Modul „Kognitive und kommunikative Fähigkeiten“: Personen erkennen, sich örtlich und zeitlich zurechtfinden, sich erinnern, mehrschrittige Handlungen steuern (etwa sich vollständig anziehen), Entscheidungen im Alltag treffen, Informationen verstehen, Gefahren erkennen, Bedürfnisse mitteilen, Aufforderungen verstehen und sich an einem Gespräch beteiligen.

Notieren Sie: Konkrete Situationen: Was wurde nicht erkannt oder vergessen, wobei waren Erinnerung oder Anleitung nötig? Hör- und Sprachprobleme zählen beim Mitteilen, Verstehen und im Gespräch mit.

3 Verhalten, Unruhe, Ängste

MODUL 3

Bewertet wird im Modul „Verhaltensweisen und psychische Problemlagen“: wie oft jemand eingreifen muss, etwa bei ziellosem Umhergehen, nächtlicher Unruhe, Selbstschädigung, Beschädigen von Gegenständen, körperlicher oder verbaler Aggression, lautem Rufen, Abwehr von Pflege, Wahnvorstellungen, Ängsten, Antriebslosigkeit bei depressiver Stimmungslage oder sozial unpassendem Verhalten.

Notieren Sie: Hier zählt die Häufigkeit: wie oft Sie beruhigen, ablenken oder eingreifen mussten. Schon ein- bis dreimal in zwei Wochen wird berücksichtigt, also auch Seltenes aufschreiben.

SO KANN EIN EINTRAG AUSSEHEN

1 Mobilität

MODUL 1

☐ angeleitet ☒ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. 20

Besonderheiten aus dem Sessel hochgeholfen, 4 x; Treppe nur mit Begleitung

Die Bereiche 4 bis 6 und die Nacht

4

Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette

MODUL 4

Bewertet wird im Modul „Selbstversorgung“: Waschen, Kämmen, Zahn- und Prothesenpflege, Rasieren, Intimpflege, Duschen und Baden, An- und Auskleiden, Essen mundgerecht zubereiten und Getränke eingießen, Essen, Trinken, Toilettengang, Umgang mit Inkontinenz, Katheter oder Stoma sowie Ernährung über Sonde. Essen zählt dreifach, Trinken und Toilettengang doppelt.

Notieren Sie: Jeden Handgriff, bei dem Sie helfen: zurechtlegen, auffordern, dabeibleiben oder übernehmen. Auch das Erinnern ans Trinken gehört hierher.

5

Medikamente, Behandlungen, Arzttermine

MODUL 5

Bewertet wird im Modul „Bewältigung von und selbständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen“: Hilfe bei Medikamenten, Spritzen, Absaugen und Sauerstoff, Einreibungen, Messen etwa von Blutzucker oder Blutdruck, Kompressionsstrümpfen, Verbänden, Stomaversorgung, Therapie zu Hause, begleiteten Arzt- und Therapiebesuchen und beim Einhalten einer Diät.

Notieren Sie: Was, wie oft und wer es erledigt. Es zählt, was ärztlich angeordnet ist, voraussichtlich mindestens sechs Monate nötig ist und von der Person nicht selbst erledigt werden kann. Auch wöchentliche und monatliche Termine festhalten.

6

Tagesablauf und Kontakte

MODUL 6

Bewertet wird im Modul „Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte“: den Tag gestalten und sich auf Veränderungen einstellen, Ruhen und Schlafen, sich beschäftigen, über den Tag hinaus planen, mit Menschen im direkten Kontakt umgehen und Kontakte nach außen halten.

Notieren Sie: Wobei Sie strukturieren, erinnern oder anstoßen: an Termine denken, eine Beschäftigung beginnen, Besuch oder Telefonate organisieren.

C

Die Nacht

MODUL 6 UND 3

Bewertet wird: wie oft nachts Hilfe nötig ist, etwa beim Toilettengang, beim Umlagern oder zum Beruhigen. Es macht einen Unterschied, ob das jede Woche, fast jede Nacht oder regelmäßig mindestens dreimal pro Nacht vorkommt.

Notieren Sie: Jede Nacht, ob und wie oft Hilfe nötig war und wofür. Nächtliche Toilettengänge gehören zu Ruhen und Schlafen, nächtliche Unruhe zu Bereich 3.

UND HAUSHALT, EINKAUFEN, WEGE AUSSER HAUS?

Auch diese Bereiche erfasst der Gutachter. In die Punkte für den Pflegegrad fließen sie aber nicht ein, deshalb haben sie hier keinen eigenen Abschnitt. Begleitete Arzt- und Therapiebesuche notieren Sie in Bereich 5.

Angaben zur gepflegten Person

Einmal ausfüllen, dann haben Sie im Termin alles Wichtige auf einen Blick.

VORNAME UND NACHNAME

GEBURTSDATUM

STRASSE UND HAUSNUMMER

PLZ UND ORT

PFLEGEKASSE

VERSICHERTENNUMMER

ANTRAG GESTELLT AM

BEGUTACHTUNG AM

UHRZEIT

BISHERIGER PFLEGEGRAD

☐ keiner ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

BEANTRAGT WURDE

☐ erstmals ☐ eine Höherstufung

HAUSÄRZTIN / HAUSARZT

TELEFON

WICHTIGSTE DIAGNOSEN

HILFSMITTEL (ETWA ROLLATOR, PFLEGE BETT, INKONTINENZMATERIAL)

PFLEGEDIENST ODER WEITERE HILFE

TELEFON

BEVOLLMÄCHTIGTE PERSON ODER BETREUUNG

TELEFON

WER PFLEGT?

Name	Beziehung	Telefon	Stunden pro Woche, ca.

Tagebuch geführt vom _____ bis _____

Tag 1

von 14

DATUM

WOCHENTAG

Dieser Tag war ☐ besser als sonst ☐ wie meistens ☐ schwerer als sonst

Angeleitet heißt auch: erinnert, aufgefordert, zurechtgelegt oder beaufsichtigt. Ging es allein, genügt „allein“ in der Zeile.

1 Mobilität

MODUL 1

Lagewechsel im Bett, Aufstehen vom Stuhl und Umsetzen, Gehen in der Wohnung, Treppe, Stürze oder Beinahe-Stürze

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

2 Orientierung und Verständigung

MODUL 2

Personen erkennen, Tag und Ort wissen, sich erinnern, Aufforderungen verstehen, sich mitteilen, Gefahren erkennen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

3 Verhalten, Unruhe, Ängste

MODUL 3

Unruhe, Ängste, Rufen, Abwehr bei der Pflege, Aggression: Wie oft mussten Sie beruhigen oder eingreifen?

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Wie oft, wobei _____

4 Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette

MODUL 4

Waschen, Duschen, Zähne, An- und Ausziehen, Essen zerkleinern, Essen, Trinken, Toilette, Inkontinenz

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

5 Medikamente, Behandlungen, Arzttermine

MODUL 5

Tabletten richten und geben, Spritzen, Messen, Kompressionsstrümpfe, Verbände, begleitete Arzt- und Therapietermine

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

6 Tagesablauf und Kontakte

MODUL 6

Tag strukturieren, an Termine erinnern, Beschäftigung anstoßen, Besuch und Telefonate, Zubettgehen und Aufstehen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

Die Nacht zuvor

MODUL 6 UND 3

Hilfe nötig: _____ mal ☐ Toilettengang ☐ Umlagern ☐ Beruhigen ☐ Sonstiges

Uhrzeiten, Besonderheiten _____

Tag 2

von 14

DATUM

WOCHENTAG

Dieser Tag war ☐ besser als sonst ☐ wie meistens ☐ schwerer als sonst

Angeleitet heißt auch: erinnert, aufgefordert, zurechtgelegt oder beaufsichtigt. Ging es allein, genügt „allein“ in der Zeile.

1 Mobilität

MODUL 1

Lagewechsel im Bett, Aufstehen vom Stuhl und Umsetzen, Gehen in der Wohnung, Treppe, Stürze oder Beinahe-Stürze

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

2 Orientierung und Verständigung

MODUL 2

Personen erkennen, Tag und Ort wissen, sich erinnern, Aufforderungen verstehen, sich mitteilen, Gefahren erkennen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

3 Verhalten, Unruhe, Ängste

MODUL 3

Unruhe, Ängste, Rufen, Abwehr bei der Pflege, Aggression: Wie oft mussten Sie beruhigen oder eingreifen?

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Wie oft, wobei _____

4 Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette

MODUL 4

Waschen, Duschen, Zähne, An- und Ausziehen, Essen zerkleinern, Essen, Trinken, Toilette, Inkontinenz

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

5 Medikamente, Behandlungen, Arzttermine

MODUL 5

Tabletten richten und geben, Spritzen, Messen, Kompressionsstrümpfe, Verbände, begleitete Arzt- und Therapietermine

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

6 Tagesablauf und Kontakte

MODUL 6

Tag strukturieren, an Termine erinnern, Beschäftigung anstoßen, Besuch und Telefonate, Zubettgehen und Aufstehen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

Die Nacht zuvor

MODUL 6 UND 3

Hilfe nötig: _____ mal ☐ Toilettengang ☐ Umlagern ☐ Beruhigen ☐ Sonstiges

Uhrzeiten, Besonderheiten _____

Tag 3

von 14

DATUM

WOCHENTAG

Dieser Tag war ☐ besser als sonst ☐ wie meistens ☐ schwerer als sonst

Angeleitet heißt auch: erinnert, aufgefordert, zurechtgelegt oder beaufsichtigt. Ging es allein, genügt „allein“ in der Zeile.

1 Mobilität

MODUL 1

Lagewechsel im Bett, Aufstehen vom Stuhl und Umsetzen, Gehen in der Wohnung, Treppe, Stürze oder Beinahe-Stürze

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

2 Orientierung und Verständigung

MODUL 2

Personen erkennen, Tag und Ort wissen, sich erinnern, Aufforderungen verstehen, sich mitteilen, Gefahren erkennen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

3 Verhalten, Unruhe, Ängste

MODUL 3

Unruhe, Ängste, Rufen, Abwehr bei der Pflege, Aggression: Wie oft mussten Sie beruhigen oder eingreifen?

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Wie oft, wobei _____

4 Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette

MODUL 4

Waschen, Duschen, Zähne, An- und Ausziehen, Essen zerkleinern, Essen, Trinken, Toilette, Inkontinenz

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

5 Medikamente, Behandlungen, Arzttermine

MODUL 5

Tabletten richten und geben, Spritzen, Messen, Kompressionsstrümpfe, Verbände, begleitete Arzt- und Therapietermine

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

6 Tagesablauf und Kontakte

MODUL 6

Tag strukturieren, an Termine erinnern, Beschäftigung anstoßen, Besuch und Telefonate, Zubettgehen und Aufstehen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

Die Nacht zuvor

MODUL 6 UND 3

Hilfe nötig: _____ mal ☐ Toilettengang ☐ Umlagern ☐ Beruhigen ☐ Sonstiges

Uhrzeiten, Besonderheiten _____

Tag 4

von 14

DATUM

WOCHENTAG

Dieser Tag war ☐ besser als sonst ☐ wie meistens ☐ schwerer als sonst

Angeleitet heißt auch: erinnert, aufgefordert, zurechtgelegt oder beaufsichtigt. Ging es allein, genügt „allein“ in der Zeile.

1 Mobilität

MODUL 1

Lagewechsel im Bett, Aufstehen vom Stuhl und Umsetzen, Gehen in der Wohnung, Treppe, Stürze oder Beinahe-Stürze

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

2 Orientierung und Verständigung

MODUL 2

Personen erkennen, Tag und Ort wissen, sich erinnern, Aufforderungen verstehen, sich mitteilen, Gefahren erkennen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

3 Verhalten, Unruhe, Ängste

MODUL 3

Unruhe, Ängste, Rufen, Abwehr bei der Pflege, Aggression: Wie oft mussten Sie beruhigen oder eingreifen?

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Wie oft, wobei _____

4 Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette

MODUL 4

Waschen, Duschen, Zähne, An- und Ausziehen, Essen zerkleinern, Essen, Trinken, Toilette, Inkontinenz

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

5 Medikamente, Behandlungen, Arzttermine

MODUL 5

Tabletten richten und geben, Spritzen, Messen, Kompressionsstrümpfe, Verbände, begleitete Arzt- und Therapietermine

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

6 Tagesablauf und Kontakte

MODUL 6

Tag strukturieren, an Termine erinnern, Beschäftigung anstoßen, Besuch und Telefonate, Zubettgehen und Aufstehen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

Die Nacht zuvor

MODUL 6 UND 3

Hilfe nötig: _____ mal ☐ Toilettengang ☐ Umlagern ☐ Beruhigen ☐ Sonstiges

Uhrzeiten, Besonderheiten _____

Tag 5

von 14

DATUM

WOCHENTAG

Dieser Tag war ☐ besser als sonst ☐ wie meistens ☐ schwerer als sonst

Angeleitet heißt auch: erinnert, aufgefordert, zurechtgelegt oder beaufsichtigt. Ging es allein, genügt „allein“ in der Zeile.

1 Mobilität

MODUL 1

Lagewechsel im Bett, Aufstehen vom Stuhl und Umsetzen, Gehen in der Wohnung, Treppe, Stürze oder Beinahe-Stürze

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

2 Orientierung und Verständigung

MODUL 2

Personen erkennen, Tag und Ort wissen, sich erinnern, Aufforderungen verstehen, sich mitteilen, Gefahren erkennen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

3 Verhalten, Unruhe, Ängste

MODUL 3

Unruhe, Ängste, Rufen, Abwehr bei der Pflege, Aggression: Wie oft mussten Sie beruhigen oder eingreifen?

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Wie oft, wobei _____

4 Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette

MODUL 4

Waschen, Duschen, Zähne, An- und Ausziehen, Essen zerkleinern, Essen, Trinken, Toilette, Inkontinenz

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

5 Medikamente, Behandlungen, Arzttermine

MODUL 5

Tabletten richten und geben, Spritzen, Messen, Kompressionsstrümpfe, Verbände, begleitete Arzt- und Therapietermine

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

6 Tagesablauf und Kontakte

MODUL 6

Tag strukturieren, an Termine erinnern, Beschäftigung anstoßen, Besuch und Telefonate, Zubettgehen und Aufstehen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

Die Nacht zuvor

MODUL 6 UND 3

Hilfe nötig: _____ mal ☐ Toilettengang ☐ Umlagern ☐ Beruhigen ☐ Sonstiges

Uhrzeiten, Besonderheiten _____

Tag 6

von 14

DATUM

WOCHENTAG

Dieser Tag war ☐ besser als sonst ☐ wie meistens ☐ schwerer als sonst

Angeleitet heißt auch: erinnert, aufgefordert, zurechtgelegt oder beaufsichtigt. Ging es allein, genügt „allein“ in der Zeile.

1 Mobilität

MODUL 1

Lagewechsel im Bett, Aufstehen vom Stuhl und Umsetzen, Gehen in der Wohnung, Treppe, Stürze oder Beinahe-Stürze

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

2 Orientierung und Verständigung

MODUL 2

Personen erkennen, Tag und Ort wissen, sich erinnern, Aufforderungen verstehen, sich mitteilen, Gefahren erkennen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

3 Verhalten, Unruhe, Ängste

MODUL 3

Unruhe, Ängste, Rufen, Abwehr bei der Pflege, Aggression: Wie oft mussten Sie beruhigen oder eingreifen?

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Wie oft, wobei _____

4 Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette

MODUL 4

Waschen, Duschen, Zähne, An- und Ausziehen, Essen zerkleinern, Essen, Trinken, Toilette, Inkontinenz

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

5 Medikamente, Behandlungen, Arzttermine

MODUL 5

Tabletten richten und geben, Spritzen, Messen, Kompressionsstrümpfe, Verbände, begleitete Arzt- und Therapietermine

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

6 Tagesablauf und Kontakte

MODUL 6

Tag strukturieren, an Termine erinnern, Beschäftigung anstoßen, Besuch und Telefonate, Zubettgehen und Aufstehen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

Die Nacht zuvor

MODUL 6 UND 3

Hilfe nötig: _____ mal ☐ Toilettengang ☐ Umlagern ☐ Beruhigen ☐ Sonstiges

Uhrzeiten, Besonderheiten _____

Tag 7 von 14

DATUM

WOCHENTAG

Dieser Tag war ☐ besser als sonst ☐ wie meistens ☐ schwerer als sonst

Angeleitet heißt auch: erinnert, aufgefordert, zurechtgelegt oder beaufsichtigt. Ging es allein, genügt „allein“ in der Zeile.

1 Mobilität

MODUL 1

Lagewechsel im Bett, Aufstehen vom Stuhl und Umsetzen, Gehen in der Wohnung, Treppe, Stürze oder Beinahe-Stürze

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

2 Orientierung und Verständigung

MODUL 2

Personen erkennen, Tag und Ort wissen, sich erinnern, Aufforderungen verstehen, sich mitteilen, Gefahren erkennen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

3 Verhalten, Unruhe, Ängste

MODUL 3

Unruhe, Ängste, Rufen, Abwehr bei der Pflege, Aggression: Wie oft mussten Sie beruhigen oder eingreifen?

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Wie oft, wobei _____

4 Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette

MODUL 4

Waschen, Duschen, Zähne, An- und Ausziehen, Essen zerkleinern, Essen, Trinken, Toilette, Inkontinenz

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

5 Medikamente, Behandlungen, Arzttermine

MODUL 5

Tabletten richten und geben, Spritzen, Messen, Kompressionsstrümpfe, Verbände, begleitete Arzt- und Therapietermine

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

6 Tagesablauf und Kontakte

MODUL 6

Tag strukturieren, an Termine erinnern, Beschäftigung anstoßen, Besuch und Telefonate, Zubettgehen und Aufstehen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

Die Nacht zuvor

MODUL 6 UND 3

Hilfe nötig: _____ mal ☐ Toilettengang ☐ Umlagern ☐ Beruhigen ☐ Sonstiges

Uhrzeiten, Besonderheiten _____

Tag 8

von 14

DATUM

WOCHENTAG

Dieser Tag war ☐ besser als sonst ☐ wie meistens ☐ schwerer als sonst

Angeleitet heißt auch: erinnert, aufgefordert, zurechtgelegt oder beaufsichtigt. Ging es allein, genügt „allein“ in der Zeile.

1 Mobilität

MODUL 1

Lagewechsel im Bett, Aufstehen vom Stuhl und Umsetzen, Gehen in der Wohnung, Treppe, Stürze oder Beinahe-Stürze

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

2 Orientierung und Verständigung

MODUL 2

Personen erkennen, Tag und Ort wissen, sich erinnern, Aufforderungen verstehen, sich mitteilen, Gefahren erkennen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

3 Verhalten, Unruhe, Ängste

MODUL 3

Unruhe, Ängste, Rufen, Abwehr bei der Pflege, Aggression: Wie oft mussten Sie beruhigen oder eingreifen?

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Wie oft, wobei _____

4 Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette

MODUL 4

Waschen, Duschen, Zähne, An- und Ausziehen, Essen zerkleinern, Essen, Trinken, Toilette, Inkontinenz

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

5 Medikamente, Behandlungen, Arzttermine

MODUL 5

Tabletten richten und geben, Spritzen, Messen, Kompressionsstrümpfe, Verbände, begleitete Arzt- und Therapietermine

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

6 Tagesablauf und Kontakte

MODUL 6

Tag strukturieren, an Termine erinnern, Beschäftigung anstoßen, Besuch und Telefonate, Zubettgehen und Aufstehen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

Die Nacht zuvor

MODUL 6 UND 3

Hilfe nötig: _____ mal ☐ Toilettengang ☐ Umlagern ☐ Beruhigen ☐ Sonstiges

Uhrzeiten, Besonderheiten _____

Tag 9

von 14

DATUM

WOCHENTAG

Dieser Tag war ☐ besser als sonst ☐ wie meistens ☐ schwerer als sonst

Angeleitet heißt auch: erinnert, aufgefordert, zurechtgelegt oder beaufsichtigt. Ging es allein, genügt „allein“ in der Zeile.

1 Mobilität

MODUL 1

Lagewechsel im Bett, Aufstehen vom Stuhl und Umsetzen, Gehen in der Wohnung, Treppe, Stürze oder Beinahe-Stürze

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

2 Orientierung und Verständigung

MODUL 2

Personen erkennen, Tag und Ort wissen, sich erinnern, Aufforderungen verstehen, sich mitteilen, Gefahren erkennen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

3 Verhalten, Unruhe, Ängste

MODUL 3

Unruhe, Ängste, Rufen, Abwehr bei der Pflege, Aggression: Wie oft mussten Sie beruhigen oder eingreifen?

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Wie oft, wobei _____

4 Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette

MODUL 4

Waschen, Duschen, Zähne, An- und Ausziehen, Essen zerkleinern, Essen, Trinken, Toilette, Inkontinenz

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

5 Medikamente, Behandlungen, Arzttermine

MODUL 5

Tabletten richten und geben, Spritzen, Messen, Kompressionsstrümpfe, Verbände, begleitete Arzt- und Therapietermine

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

6 Tagesablauf und Kontakte

MODUL 6

Tag strukturieren, an Termine erinnern, Beschäftigung anstoßen, Besuch und Telefonate, Zubettgehen und Aufstehen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

Die Nacht zuvor

MODUL 6 UND 3

Hilfe nötig: _____ mal ☐ Toilettengang ☐ Umlagern ☐ Beruhigen ☐ Sonstiges

Uhrzeiten, Besonderheiten _____

Tag 10

von 14

DATUM

WOCHENTAG

Dieser Tag war ☐ besser als sonst ☐ wie meistens ☐ schwerer als sonst

Angeleitet heißt auch: erinnert, aufgefordert, zurechtgelegt oder beaufsichtigt. Ging es allein, genügt „allein“ in der Zeile.

1 Mobilität

MODUL 1

Lagewechsel im Bett, Aufstehen vom Stuhl und Umsetzen, Gehen in der Wohnung, Treppe, Stürze oder Beinahe-Stürze

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

2 Orientierung und Verständigung

MODUL 2

Personen erkennen, Tag und Ort wissen, sich erinnern, Aufforderungen verstehen, sich mitteilen, Gefahren erkennen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

3 Verhalten, Unruhe, Ängste

MODUL 3

Unruhe, Ängste, Rufen, Abwehr bei der Pflege, Aggression: Wie oft mussten Sie beruhigen oder eingreifen?

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Wie oft, wobei _____

4 Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette

MODUL 4

Waschen, Duschen, Zähne, An- und Ausziehen, Essen zerkleinern, Essen, Trinken, Toilette, Inkontinenz

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

5 Medikamente, Behandlungen, Arzttermine

MODUL 5

Tabletten richten und geben, Spritzen, Messen, Kompressionsstrümpfe, Verbände, begleitete Arzt- und Therapietermine

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

6 Tagesablauf und Kontakte

MODUL 6

Tag strukturieren, an Termine erinnern, Beschäftigung anstoßen, Besuch und Telefonate, Zubettgehen und Aufstehen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

Die Nacht zuvor

MODUL 6 UND 3

Hilfe nötig: _____ mal ☐ Toilettengang ☐ Umlagern ☐ Beruhigen ☐ Sonstiges

Uhrzeiten, Besonderheiten _____

Tag 11

von 14

DATUM

WOCHENTAG

Dieser Tag war ☐ besser als sonst ☐ wie meistens ☐ schwerer als sonst

Angeleitet heißt auch: erinnert, aufgefordert, zurechtgelegt oder beaufsichtigt. Ging es allein, genügt „allein“ in der Zeile.

1 Mobilität

MODUL 1

Lagewechsel im Bett, Aufstehen vom Stuhl und Umsetzen, Gehen in der Wohnung, Treppe, Stürze oder Beinahe-Stürze

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

2 Orientierung und Verständigung

MODUL 2

Personen erkennen, Tag und Ort wissen, sich erinnern, Aufforderungen verstehen, sich mitteilen, Gefahren erkennen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

3 Verhalten, Unruhe, Ängste

MODUL 3

Unruhe, Ängste, Rufen, Abwehr bei der Pflege, Aggression: Wie oft mussten Sie beruhigen oder eingreifen?

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Wie oft, wobei _____

4 Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette

MODUL 4

Waschen, Duschen, Zähne, An- und Ausziehen, Essen zerkleinern, Essen, Trinken, Toilette, Inkontinenz

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

5 Medikamente, Behandlungen, Arzttermine

MODUL 5

Tabletten richten und geben, Spritzen, Messen, Kompressionsstrümpfe, Verbände, begleitete Arzt- und Therapietermine

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

6 Tagesablauf und Kontakte

MODUL 6

Tag strukturieren, an Termine erinnern, Beschäftigung anstoßen, Besuch und Telefonate, Zubettgehen und Aufstehen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

Die Nacht zuvor

MODUL 6 UND 3

Hilfe nötig: _____ mal ☐ Toilettengang ☐ Umlagern ☐ Beruhigen ☐ Sonstiges

Uhrzeiten, Besonderheiten _____

Tag 12

von 14

DATUM

WOCHENTAG

Dieser Tag war ☐ besser als sonst ☐ wie meistens ☐ schwerer als sonst

Angeleitet heißt auch: erinnert, aufgefordert, zurechtgelegt oder beaufsichtigt. Ging es allein, genügt „allein“ in der Zeile.

1 Mobilität

MODUL 1

Lagewechsel im Bett, Aufstehen vom Stuhl und Umsetzen, Gehen in der Wohnung, Treppe, Stürze oder Beinahe-Stürze

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

2 Orientierung und Verständigung

MODUL 2

Personen erkennen, Tag und Ort wissen, sich erinnern, Aufforderungen verstehen, sich mitteilen, Gefahren erkennen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

3 Verhalten, Unruhe, Ängste

MODUL 3

Unruhe, Ängste, Rufen, Abwehr bei der Pflege, Aggression: Wie oft mussten Sie beruhigen oder eingreifen?

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Wie oft, wobei _____

4 Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette

MODUL 4

Waschen, Duschen, Zähne, An- und Ausziehen, Essen zerkleinern, Essen, Trinken, Toilette, Inkontinenz

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

5 Medikamente, Behandlungen, Arzttermine

MODUL 5

Tabletten richten und geben, Spritzen, Messen, Kompressionsstrümpfe, Verbände, begleitete Arzt- und Therapietermine

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

6 Tagesablauf und Kontakte

MODUL 6

Tag strukturieren, an Termine erinnern, Beschäftigung anstoßen, Besuch und Telefonate, Zubettgehen und Aufstehen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

Die Nacht zuvor

MODUL 6 UND 3

Hilfe nötig: _____ mal ☐ Toilettengang ☐ Umlagern ☐ Beruhigen ☐ Sonstiges

Uhrzeiten, Besonderheiten _____

Tag 13

von 14

DATUM

WOCHENTAG

Dieser Tag war ☐ besser als sonst ☐ wie meistens ☐ schwerer als sonst

Angeleitet heißt auch: erinnert, aufgefordert, zurechtgelegt oder beaufsichtigt. Ging es allein, genügt „allein“ in der Zeile.

1 Mobilität

MODUL 1

Lagewechsel im Bett, Aufstehen vom Stuhl und Umsetzen, Gehen in der Wohnung, Treppe, Stürze oder Beinahe-Stürze

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

2 Orientierung und Verständigung

MODUL 2

Personen erkennen, Tag und Ort wissen, sich erinnern, Aufforderungen verstehen, sich mitteilen, Gefahren erkennen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

3 Verhalten, Unruhe, Ängste

MODUL 3

Unruhe, Ängste, Rufen, Abwehr bei der Pflege, Aggression: Wie oft mussten Sie beruhigen oder eingreifen?

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Wie oft, wobei _____

4 Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette

MODUL 4

Waschen, Duschen, Zähne, An- und Ausziehen, Essen zerkleinern, Essen, Trinken, Toilette, Inkontinenz

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

5 Medikamente, Behandlungen, Arzttermine

MODUL 5

Tabletten richten und geben, Spritzen, Messen, Kompressionsstrümpfe, Verbände, begleitete Arzt- und Therapietermine

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

6 Tagesablauf und Kontakte

MODUL 6

Tag strukturieren, an Termine erinnern, Beschäftigung anstoßen, Besuch und Telefonate, Zubettgehen und Aufstehen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

Die Nacht zuvor

MODUL 6 UND 3

Hilfe nötig: _____ mal ☐ Toilettengang ☐ Umlagern ☐ Beruhigen ☐ Sonstiges

Uhrzeiten, Besonderheiten _____

Tag 14

von 14

DATUM

WOCHENTAG

Dieser Tag war ☐ besser als sonst ☐ wie meistens ☐ schwerer als sonst

Angeleitet heißt auch: erinnert, aufgefordert, zurechtgelegt oder beaufsichtigt. Ging es allein, genügt „allein“ in der Zeile.

1 Mobilität

MODUL 1

Lagewechsel im Bett, Aufstehen vom Stuhl und Umsetzen, Gehen in der Wohnung, Treppe, Stürze oder Beinahe-Stürze

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

2 Orientierung und Verständigung

MODUL 2

Personen erkennen, Tag und Ort wissen, sich erinnern, Aufforderungen verstehen, sich mitteilen, Gefahren erkennen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

3 Verhalten, Unruhe, Ängste

MODUL 3

Unruhe, Ängste, Rufen, Abwehr bei der Pflege, Aggression: Wie oft mussten Sie beruhigen oder eingreifen?

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Wie oft, wobei _____

4 Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette

MODUL 4

Waschen, Duschen, Zähne, An- und Ausziehen, Essen zerkleinern, Essen, Trinken, Toilette, Inkontinenz

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

5 Medikamente, Behandlungen, Arzttermine

MODUL 5

Tabletten richten und geben, Spritzen, Messen, Kompressionsstrümpfe, Verbände, begleitete Arzt- und Therapietermine

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

6 Tagesablauf und Kontakte

MODUL 6

Tag strukturieren, an Termine erinnern, Beschäftigung anstoßen, Besuch und Telefonate, Zubettgehen und Aufstehen

☐ angeleitet ☐ teilweise übernommen ☐ vollständig übernommen Minuten ca. _____

Besonderheiten _____

Die Nacht zuvor

MODUL 6 UND 3

Hilfe nötig: _____ mal ☐ Toilettengang ☐ Umlagern ☐ Beruhigen ☐ Sonstiges

Uhrzeiten, Besonderheiten _____

Auswertung nach 14 Tagen

Zählen Sie je Bereich, an wie vielen Tagen Hilfe nötig war und welche Hilfe vorkam. Legen Sie diese Seite im Termin bereit und bieten Sie eine Kopie an.

Von 14 Tagen waren _____ wie meistens _____ besser als sonst _____ schwerer als sonst

Bereich	Tage mit Hilfe	angeleitet	teilweise übernommen	vollständig übernommen	Minuten pro Tag, ca.
1 Mobilität MODUL 1					
2 Orientierung und Verständigung MODUL 2					
3 Verhalten, Unruhe, Ängste MODUL 3					
4 Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken, Toilette MODUL 4					
5 Medikamente, Behandlungen, Arzttermine MODUL 5					
6 Tagesablauf und Kontakte MODUL 6					

Die Nächte Hilfe in _____ von 14 Nächten, meist _____ mal pro Nacht

Wofür vor allem _____

DAS SOLLTE DER GUTACHTER UNBEDINGT WISSEN

Pflegezeit insgesamt ca. _____ Stunden pro Woche, verteilt auf _____ Tage

Der Gutachter fragt jede Pflegeperson nach ihren Pflegetagen und -stunden pro Woche. Helfen mehrere, tragen Sie die Stunden je Person in die Tabelle „Wer pflegt?“ auf Seite 5 ein.

[Mit Ihren Einträgen den Pflegegrad vorab berechnen →](#)

Gut vorbereitet in den Termin

Ihr Tagebuch zeigt, wie der Alltag wirklich aussieht. Mit diesen drei Hilfen bereiten Sie alles Weitere in Ruhe vor.

Pflegegrad-Rechner

Kostenlos, ohne Anmeldung

Rechnen Sie vorab durch, welcher Pflegegrad in Frage kommt: nach heutigem Recht und zum Vergleich nach den Plänen für 2027. Die Bundesregierung plant eine Pflegereform zum 1. Januar 2027. Bisher gibt es nur einen Referentenentwurf vom 5. Juni 2026; beschlossen ist noch nichts (Stand: 25. September 2026). Ein Kabinettsbeschluss ist für den 30. September 2026 angekündigt.

[Zum Pflegegrad-Rechner →](#)

Checkliste zur Begutachtung

Zum Ausdrucken

Welche Unterlagen bereitlegen sollten, welche Fragen je Modul sinngemäß zu erwarten sind und was nach dem Termin zu tun ist. Zum Abhaken und Ausfüllen.

[Checkliste herunterladen →](#)

Ratgeber Pflegegrad

Alles im Zusammenhang

Pflegegrade und Leistungen, Antrag, Ablauf der Begutachtung und was nach dem Bescheid kommt, verständlich erklärt.

[Zum Ratgeber →](#)

Den Antrag bei der Pflegekasse können auch Bevollmächtigte stellen. Ihre Vorsorgevollmacht erstellen Sie geführt auf notfalltresor.de: Ausfüllen kostenlos, fertiges PDF 10 €.

[Zur Vorsorgevollmacht →](#)