



Selbstständig mit Ü50

Warum unabhängige Pflegeberatung
ein echter Game Changer sein kann

Simone Hayer • Pflegeberatung



Wie ich zur Pflege kam

— Simone Hayer

Meine Mutter

Erkrankte an MS und verstarb früh – als junger Mensch erlebte ich hautnah, was pflegende Angehörige tragen.

Meine Großmutter

Schwer erkrankt an Krebs – wieder mittendrin zwischen Verantwortung, Sorge und dem Wunsch, da zu sein.

Mein Entschluss

Ausbildung zur Altenpflegerin – als eine der ersten examinierten Altenpflegerinnen in Hessen.

Mein Weg in die Pflegeberatung

01

Schnell in die ambulante Pflege – näher am Menschen. Bereichs-, Stations- und stellv. Pflegedienstleitung.

02

Verantwortliche Pflegefachkraft, SIS, Qualitätsprüfung – mit fast 50 noch ein Studium im Pflegemanagement.

03

Ich wollte Menschen begleiten und Angehörige stärken. Mein Weg nach §7a und §45 SGB XI.

„Pflegeberatung ist mehr als eine Unterschrift.“

Wer kümmert sich eigentlich um die Menschen, die sich jahrzehntelang um andere gekümmert haben?

Genau darum geht es heute.

Meine Geschichte

1

35 Jahre ambulante Pflege

Ein Berufsleben unterwegs bei und mit Menschen – Tag für Tag.

2

Verantwortung & Grenzerfahrung

Belastung, Druck und emotionale Momente, die an die Substanz gehen.

3

Der ehrliche Moment

„So schaffe ich es nicht bis zur Rente.“ – Dieses Erkenntnis war ein Wendepunkt.

4

Aber: noch nicht fertig

Mit der Pflege war ich noch lange nicht fertig – nur mit dieser einen Art zu arbeiten.



**„Ich habe gemerkt:
Ich kann Menschen helfen,
ohne mich selbst
kaputt zu machen.“**

Hilfe geben und gesund bleiben – das schließt sich nicht aus.

Die Realität in der Pflege

Vier Belastungen, die fast jede Pflegekraft kennt.

1

Personalmangel

Zu wenige Hände für zu viele Menschen – jeden Dienst aufs Neue.

2

Körperliche Belastung

Der Körper trägt mit. Über Jahre summiert sich das spürbar auf.

3

Tourendruck

Der Takt bestimmt den Tag. Für den Menschen bleibt zu wenig Zeit.

4

Emotionale Erschöpfung

Nähe geben kostet Kraft – besonders, wenn Erholung fehlt.

Pflegekräfte verlassen oft nicht die Menschen – sie verlassen das System.

Wer bleibt eigentlich bis zur Rente?

≈ 1/3

der Pflegekräfte
sind 50+ Jahre alt

> 20%

erreichen in 10 Jahren
das Rentenalter

≈ 8,4 J.

durchschnittliche
Berufsverweildauer

Verbleib in der Altenpflege nach Ausbildung



Der stille Aderlass des Systems

82 %

arbeiteten 1997 fünf Jahre nach Abschluss nicht mehr in der Altenpflege (KDA)

18 %

der Pflegekräfte denken mehrmals im Monat ans Aufhören (NEXT-Studie)

≈ 195.000

Pflegekräfte gehen bis 2030 voraussichtlich in den Ruhestand

13,7 J.

Verweildauer im Krankenhaus – Altenpflege liegt mit 8,4 J. klar darunter



Pflege hat kein Wissensproblem.

Pflege hat ein Systemproblem.

Pflegekräfte können ihren Beruf. Was fehlt, sind Strukturen, in denen das gesund möglich ist.

Die Angst vor der Selbstständigkeit

Diese Fragen kennt fast jede:r – und keine davon ist ein K.-o.-Kriterium.

? Bin ich mit Ü50 zu alt für so einen Schritt?

? Was ist mit Steuern und Krankenversicherung?

? Komme ich mit Technik und Digitalisierung klar?

? Schaffe ich es, Kund:innen zu gewinnen?

? Was passiert eigentlich, wenn ich scheitere?

Warum deine Erfahrung Gold wert ist

Was junge Gründungen erst aufbauen müssen, bringst du längst mit.

★ Menschenkenntnis

Du liest Situationen, bevor sie eskalieren.

★ Fachwissen

Jahrzehnte Praxis lassen sich nicht ergoogeln.

★ Krisenerfahrung

Du bleibst ruhig, wenn es darauf ankommt.

★ Netzwerke

Kontakte zu Diensten, Ärzt:innen und Trägern.

★ Glaubwürdigkeit

Du sprichst aus Erfahrung, nicht aus der Theorie.

★ Vertrauen

Menschen spüren, dass du es ernst meinst.

Warum ein Gründungsworkshop wichtig ist

Selbstständigkeit braucht Vorbereitung – damit aus Mut kein Risiko wird.

- ✓ Kleinunternehmerregelung verstehen
- ✓ Steuern & Rücklagen sauber planen
- ✓ Krankenversicherung rechtzeitig klären
- ✓ Datenschutz & Haftung im Griff haben
- ✓ Fehler vermeiden, bevor sie teuer werden
- ✓ Mit einem klaren Plan statt Bauchgefühl starten

Die größten Fallstricke

Wer diese Fehler kennt, kann sie umgehen.

! Alles allein machen wollen

Delegieren und Tools nutzen statt verzetteln.

! Keine digitalen Prozesse

Ohne System frisst Verwaltung wertvolle Zeit.

! Dumpingpreise

Zu günstig anzufangen rächt sich – Wert hat seinen Preis.

! Dauerhafte Erreichbarkeit

Ohne Grenzen kehrt die Erschöpfung zurück.

! Fehlende Struktur

Klare Abläufe geben Sicherheit – dir und den Kund:innen.

! Keine Positionierung

Wer alles anbietet, ist für niemanden die erste Wahl.



Selbstständigkeit bedeutet nicht mehr arbeiten. Sondern smarter arbeiten.

Die richtigen Tools nehmen dir Routine ab – und geben dir Zeit für den Menschen zurück.

Praxisbeispiele: Tools, die entlasten

Drei Beispiele, wie Digitalisierung die tägliche Arbeit leichter macht.

01

Anduril.Care

Digitale Dokumentation und Struktur
– nachvollziehbar statt
Zettelwirtschaft.

02

PflegePur

Budgets im Blick und einfache
Zusammenarbeit mit Kund:innen
und Angehörigen.

03

AS Bremen

Entlastung bei Abrechnung und
Bürokratie – mehr Zeit für die
eigentliche Arbeit.

Beispiele dienen der Orientierung – die Auswahl richtet sich nach deinem Bedarf.

Warum Pflegeberatung ein Game Changer ist

1 Menschen brauchen Orientierung

Das Pflegesystem ist komplex – gute Beratung macht es begehbar.

2 Angehörige sind überfordert

Sie tragen viel und wissen oft nicht, wo sie anfangen sollen.

3 Gute Beratung verhindert Krisen

Frühzeitig klären heißt: gar nicht erst in die Notlage geraten.

4 Erfahrung wird immer wichtiger

Je knapper die Fachkräfte, desto wertvoller dein Wissen.

5 Pflegeberatung schafft echte Entlastung

Für Pflegebedürftige, für Angehörige – und für dich.



„Pflegeberatung ist mehr
als eine Unterschrift.

Sie bedeutet Verantwortung,
Haltung und echtes Zuhören.

— Simone Hayer

Lass uns ins Gespräch kommen

Vier Fragen – keine richtigen oder falschen Antworten.

01

Wer denkt manchmal ans Aufhören?

02

Wer hat schon über Selbstständigkeit nachgedacht?

03

Was hält dich aktuell zurück?

04

Was wäre dein Traum in der Pflege?

Vielleicht ist Selbstständigkeit mit Ü50 kein Risiko.

Vielleicht ist sie die letzte große Chance, Pflege endlich so zu leben, wie wir sie uns immer gewünscht haben.

Trau dich. Du bringst alles mit, was es braucht.



Dein nächster Schritt beginnt heute.

Pflegeberatung Simone Hayer

WEB

www.pflegeberatunghayer.com

E-MAIL

info@pflegeberatunghayer.com

TELEFON

0176 18273260

Unabhängige Pflegeberatung nach §7a und §45 SGB XI

V I E L E N D A N K