

# Entlastungsbetrag § 45b SGB XI

125 Euro pro Monat – was das ist, wer es bekommt und wie man es konkret einsetzt

## 125 € pro Monat

ab Pflegegrad 1 auch bei leichter  
Beeinträchtigung

nicht verbrauchte Beträge sind 12  
Monate übertragbar

### Was ist der Entlastungsbetrag?

Der Entlastungsbetrag nach **§ 45b SGB XI** ist eine monatliche Leistung der gesetzlichen Pflegeversicherung in Höhe von **125 Euro**. Er steht allen Pflegebedürftigen ab **Pflegegrad 1** zu – also auch bei leichten Beeinträchtigungen, wie sie häufig bei Autismus-Spektrum-Störungen vorliegen.

Das Besondere: Der Entlastungsbetrag ist **zweckgebunden** – er kann nicht einfach als Bargeld ausgezahlt werden, sondern muss für anerkannte Leistungen eingesetzt und dann bei der Pflegekasse erstattet werden. Genau hier scheitern viele – weil unklar ist, was konkret anerkannt wird.

#### Wichtig: Nicht verbrauchte Beträge verfallen nicht sofort.

Nicht abgerufene Monatsbeträge können bis zu **12 Monate** in das nächste Kalenderjahr übertragen werden (§ 45b Abs. 2 SGB XI). Wer im Januar beginnt, hat also bis zu 1.500 Euro auf einmal zur Verfügung, wenn das ganze Vorjahr nicht genutzt wurde.

### Wer bekommt den Entlastungsbetrag?

- Pflegegrad 1, 2, 3, 4 oder 5**  
Der Betrag steht ab Pflegegrad 1 zu – egal wie hoch der Grad ist.
- Gesetzlich pflegeversichert**  
Gilt für alle gesetzlich Versicherten. Privat Versicherte: bitte bei Ihrer PKV anfragen.
- Auch für Kinder mit Autismus**  
Wenn ein Kind mit ASS einen Pflegegrad hat, können Eltern den Betrag nutzen.  
→ *Anerkannte Angebote müssen auch für Kinder zugelassen sein.*
- Auch für Erwachsene, die zuhause leben**  
Ambulante Situation (kein stationäres Pflegeheim). Im Heim gelten abweichende Regelungen.

### Wofür kann der Betrag eingesetzt werden?

Der Betrag darf nur für **anerkannte niedrigschwellige Betreuungs- und Entlastungsangebote** genutzt werden. Was konkret anerkannt ist, legt jedes Bundesland selbst fest. Die folgenden Kategorien sind in der Regel bundesweit möglich:

**Betreuungsdienste**

Begleitpersonen, Betreuungshelfer, Alltagsassistenten – stundenweise Unterstützung im Alltag.

**Tagesbetreuung**

Tages- und Nachtpflegeeinrichtungen, Betreuungsgruppen – auch für Menschen mit Behinderung.

**Haushaltshilfe**

Anerkannte Haushaltsnahe Dienstleistungen durch zugelassene Anbieter (nicht jede Putzfrau!).

**Pferdegestützte Therapie**

In einigen Bundesländern als anerkanntes Entlastungsangebot zugelassen – nachfragen lohnt sich.

**Entlastung pflegender Angehöriger**

Angebote, die pflegende Angehörige gezielt entlasten – z. B. Auszeiten ermöglichen.

**Digitale Angebote**

In einigen Ländern anerkannte Online-Betreuungsangebote und Video-Begleitung. Sehr unterschiedlich geregelt.

**Achtung: Nicht jeder Anbieter ist anerkannt!**

Der Anbieter muss von der zuständigen Behörde des Bundeslandes anerkannt sein. Eine normale Haushaltshilfe auf Eigenrechnung oder privat organisierte Betreuung wird **nicht erstattet**. Fragen Sie vor der Buchung immer: 'Sind Sie nach § 45b SGB XI anerkannt?' und lassen Sie sich die Anerkennungsnummer geben.

**Was geht nicht – häufige Irrtümer****Barauszahlung**

Der Betrag wird nie bar ausgezahlt. Immer erst Rechnung bezahlen, dann bei der Pflegekasse einreichen.

**Nicht anerkannte Privatpersonen**

Nachbarn, Freunde oder Familienmitglieder ohne Anerkennung können nicht abgerechnet werden – auch nicht wenn sie tatsächlich helfen.

**Allgemeine Therapiekosten**

Ergotherapie, Logopädie, Physiotherapie – diese Kosten sind über die Krankenversicherung abzurechnen, nicht über den Entlastungsbetrag.

**Hilfsmittel und Pflegehilfsmittel**

Rollstühle, Inkontinenzmaterial etc. – diese haben eigene Leistungskapitel in der Pflegeversicherung.

**Stationäre Pflegeeinrichtungen (Vollzeit)**

Im Pflegeheim gelten andere Regelungen. Der § 45b-Betrag ist für ambulante Versorgung vorgesehen.

**So beantragen und abrechnen – Schritt für Schritt****01 Pflegegrad vorhanden?**

Ohne Pflegegrad kein Entlastungsbetrag. Falls noch kein Pflegegrad beantragt wurde: Antrag bei der Pflegekasse stellen. Pflegegrad 1 reicht bereits aus.

**02 Anerkannten Anbieter finden**

Pflegekasse, Sozialamt oder die Datenbank des jeweiligen Bundeslandes fragen. Suchwort: 'anerkannte Entlastungsangebote + [Ihr Bundesland]'.

**03 Leistung in Anspruch nehmen und Rechnung aufbewahren**

Rechnung vom Anbieter ausstellen lassen – mit Name, Datum, Leistungsart, Betrag und Anerkennungsnummer des Anbieters.

## 04 Erstattungsantrag bei der Pflegekasse stellen

Originalrechnung oder Kopie + ausgefülltes Erstattungsformular der Kasse einreichen. Manche Kassen akzeptieren auch digitale Einreichung per App oder Online-Portal.

## 05 Übertragung nicht vergessener Beträge prüfen

Am Ende des Jahres prüfen: Wie viel wurde nicht genutzt? Diese Beträge sind bis Ende des Folgejahres abrufbar.

### Besonderheiten bei Autismus – was konkret relevant ist

Bei Autismus-Spektrum-Störungen gibt es spezifische Nutzungsmöglichkeiten, die vielen Familien nicht bekannt sind:

#### **Betreuungsangebote für Menschen mit Behinderung**

Viele Bundesländer haben spezielle Betreuungsangebote für Menschen mit geistiger oder seelischer Behinderung anerkannt – auch ohne klassischen Pflegebedarf im körperlichen Sinne.

#### **Tagesstrukturierende Angebote**

Tagesgruppen, Betreuungsgruppen, strukturierte Freizeitangebote für Menschen mit ASS können als Entlastungsangebot anerkannt sein.

#### **Pferdegestützte Therapie / Reittherapie**

In einigen Bundesländern (z. B. Bayern, NRW) als anerkanntes Angebot gelistet. Anbieter muss explizit anerkannt sein – nachfragen.

#### **Begleitperson bei Arzt- und Therapieterminen**

Eine anerkannte Begleitperson für Termine kann über den Entlastungsbetrag abgerechnet werden – wenn der Anbieter anerkannt ist.

#### **Entlastung der pflegenden Eltern**

Auch wenn das Kind mit ASS noch nicht den Betrag selbst nutzt: Angebote die Eltern stundenweise entlasten sind häufig anerkannt. Das schafft dringend benötigte Auszeiten.

### Muster: Erstattungsantrag – was hinein muss

Die meisten Pflegekassen haben eigene Formulare. Falls kein Formular vorliegt oder ein formloses Schreiben akzeptiert wird, müssen folgende Angaben enthalten sein:

- Name und Versichertennummer**
- Pflegegrad**
- Name und Anerkennungsnummer des Anbieters**
- Datum / Zeitraum der Leistung**
- Art der Leistung (kurze Beschreibung)**
- Rechnungsbetrag**
- Bankverbindung für die Erstattung**
- Originalrechnung als Anlage (oder Kopie – je nach Kasse)**

#### **Tipp: Jährliche Übersicht führen**

Führen Sie eine einfache Tabelle: Datum – Anbieter – Betrag – eingereicht am – erstattet am. So behalten Sie den Überblick über genutzte und noch verfügbare Beträge – besonders wichtig wenn Sie Beträge aus dem Vorjahr übertragen.

## Meine Angaben & Notizen

Pflegekasse:

Pflegegrad:

Zugewillter Monatsbetrag:

Übertragbarer Restbetrag (Stand):

Anerkannter Anbieter (Name + Anerkennungsnr.):

Nächste Einreichung / offene Rechnungen:

## Anlaufstellen & weiterführende Informationen

### Ihre Pflegekasse

Erste Anlaufstelle – nach anerkannten Anbietern in Ihrer Region fragen und Erstattungsformular anfordern.

### Bundesministerium für Gesundheit – Pflegeleistungen

bundesgesundheitsministerium.de – aktuelle Übersicht aller Pflegeleistungen.

### VdK Sozialverband

Kostenlose Beratung und Unterstützung wenn die Pflegekasse Anträge ablehnt. vdk.de

### Pflegestützpunkte vor Ort

Kostenlose unabhängige Pflegeberatung – Standorte über die Pflegekasse oder die Kommune erfragen.

### Autismus Deutschland e.V. – autismus.de

Regionale Beratungsstellen kennen häufig anerkannte lokale Angebote speziell für Menschen mit ASS.

*Die Regelungen zum Entlastungsbetrag können sich ändern und sind teilweise bundeslandspezifisch. Alle Angaben ohne Gewähr – bitte stets bei Ihrer Pflegekasse nachfragen. Stand: Mai 2025.*

autismus-ratgeber.de | info@autismus-ratgeber.de | Weitere Infoblätter, Checklisten und Musterbriefe unter autismus-ratgeber.de