

Nachbarschaftshilfe: Stundenlohn, Entlastungsbetrag und was in Hamburg gilt

Einkaufen, Fenster putzen, zum Arzt begleiten: Nachbarschaftshilfe ist Alltagshilfe von Menschen aus der Nähe. Hier steht, was sie üblicherweise kostet, wann die Pflegekasse mitzahlt und worauf du achten solltest, damit alles sauber läuft.

Stand 17. August 2026 · Lesezeit 6 Minuten · www.domilio.de/ratgeber/nachbarschaftshilfe-stundenlohn

Was Nachbarschaftshilfe ist und was nicht

Nachbarschaftshilfe meint Unterstützung im Alltag durch Leute, die in der Nähe wohnen. Jemand geht für dich einkaufen, hilft beim Wäschewaschen, bringt den Müll runter oder begleitet dich zum Facharzt. Das ist keine Pflege. Waschen, Medikamente stellen oder Wundversorgung gehören in die Hände eines Pflegedienstes.

Früher lief das über den Aushang im Treppenhaus oder die Nachbarin, die man seit Jahren kennt. Heute läuft es oft über eine Plattform, auf der sich Helfer mit Profil und geprüfter Identität eintragen. Der Vorteil ist nicht, dass die Helfer besser wären. Der Vorteil ist, dass du vorher weißt, wer kommt, was es kostet und dass am Ende ein Beleg da ist.

Typische Aufgaben sind Einkaufen und Besorgungen, leichte Hausarbeit, Begleitung zu Terminen, Gesellschaft beim Spaziergang, Hilfe mit dem Smartphone oder dem Drucker und kleine Erledigungen im Garten.

Üblicher Stundenlohn für Nachbarschaftshilfe

Eine feste Preisliste gibt es nicht. In Hamburg und Umland liegen die Stundensätze für private Alltagshilfe nach unserer Erfahrung meist zwischen etwa 12 und 18 €, Stand 2026. Zur Einordnung: Der gesetzliche Mindestlohn liegt 2026 bei 13,90 €. Er gilt zwar formal nur für Angestellte, ist aber ein guter Anhaltspunkt dafür, was fair ist.

Aufgabe	Üblicher Stundensatz	Hinweis
Einkaufen und Besorgungen	etwa 12 bis 16 €	Fahrtkosten oft extra
Leichte Hausarbeit	etwa 13 bis 18 €	Putzmittel stellt meist der Haushalt
Begleitung zu Arzt oder Behörde	etwa 13 bis 17 €	Wartezeit zählt mit
Gesellschaft, Spaziergang, Vorlesen	etwa 12 bis 15 €	Oft regelmäßige Termine
Gartenarbeit, Laub, Rasen	etwa 15 bis 20 €	Werkzeug vor Ort nötig

Spannen aus Hamburg und Umland, Stand 2026. Auf domilio legt jeder Helfer seinen Stundensatz selbst fest, er steht im Profil.

Wer deutlich unter 12 € anbietet, hat den Aufwand meist nicht durchgerechnet. Wer deutlich über 20 € liegt, bietet in der Regel etwas Spezielles, etwa Erfahrung mit Demenz oder handwerkliche Arbeiten. Beides ist in Ordnung, du solltest nur wissen, wofür du zahlst.

Der Entlastungsbetrag: 131 € im Monat von der Pflegekasse

Wer einen Pflegegrad hat, bekommt von der Pflegekasse einen Entlastungsbetrag. Er liegt 2026 bei 131 € im Monat und gilt ab Pflegegrad 1. Das Geld ist zweckgebunden: Es darf für Angebote zur Unterstützung im Alltag ausgegeben werden, also genau für das, was Nachbarschaftshilfe leistet. Bei Pflegegrad 2 oder 3 kommt oft noch das Pflegegeld dazu, das frei verwendet werden kann.

Der Haken: Nicht jeder Nachbar darf über den Entlastungsbetrag abrechnen. Die Pflegekasse zahlt nur an anerkannte Angebote. Was anerkannt ist, regelt jedes Bundesland selbst. In Hamburg ist dafür die Pflegekasse in Abstimmung mit der Sozialbehörde zuständig. Ob eine einzelne Person als Nachbarschaftshelfer anerkannt werden kann und welche Voraussetzungen dafür gelten, erfährst

du direkt bei der Pflegekasse der betroffenen Person. Die Regeln haben sich in den letzten Jahren mehrfach geändert, deshalb lohnt der Anruf.



Nicht genutzte Entlastungsbeträge verfallen nicht sofort. Sie lassen sich innerhalb des Kalenderjahres ansparen und bis zum 30. Juni des Folgejahres noch abrufen. Wer erst im Herbst anfängt, kann also oft mehrere Monate rückwirkend einreichen.

Wichtig zur Einordnung: Helfer über domilio sind selbständig und keine anerkannten Pflegeangebote. Eine Abrechnung mit der Pflegekasse läuft darüber nicht automatisch. Was funktioniert, ist der Steuerbonus, dazu gleich mehr.

Nachbarschaftshilfe oder Schwarzarbeit: Wo die Grenze liegt

Ein Gefallen unter Nachbarn ist keine Schwarzarbeit. Wer der Nachbarin einmal die Einkäufe hochträgt und dafür einen Kuchen bekommt, hat nichts zu befürchten. Sobald aber regelmäßig Geld fließt, wird aus dem Gefallen eine Dienstleistung. Dann braucht es einen Beleg, und die Person, die hilft, muss ihre Einnahmen versteuern.

Für dich als Auftraggeber ist der Beleg doppelt wichtig. Erstens bist du auf der sicheren Seite, wenn mal etwas kaputtgeht oder Streit entsteht. Zweitens kannst du die Kosten von der Steuer absetzen: Nach § 35a EStG ziehst du 20 % der Arbeitskosten für haushaltsnahe Dienstleistungen direkt von deiner Steuerschuld ab, höchstens 4.000 € im Jahr. Voraussetzung sind eine Rechnung und eine unbare Zahlung. Bar an der Tür zählt nicht.

- ✓ Beleg oder Rechnung für jeden Einsatz, mit Datum, Stunden und Betrag
- ✓ Zahlung per Überweisung oder über eine Plattform, nicht bar
- ✓ Klare Absprache, was gemacht wird und was nicht
- ✓ Keine Pflegeleistungen durch Helfer ohne Ausbildung

Über eine Plattform wie domilio passiert das nebenbei: Du zahlst über die Plattform, das Geld liegt in Treuhand, bis ihr beide bestätigt habt, dass der Einsatz erledigt ist, und Rechnung und Beleg kommen automatisch. Den Beleg reichst du bei der Steuererklärung ein.

Nachbarschaftshilfe in Hamburg finden

Hamburg hat starke Nachbarschaften, aber auch lange Wege. Wer in Bergedorf wohnt, hat wenig von einem Helfer aus Blankenese. Achte deshalb auf die Entfernung. Auf domilio legen Helfer ihr Einsatzgebiet selbst fest und tauchen nur in Suchen auf, die dazu passen. Du gibst deine Postleitzahl ein und siehst, wer wirklich in der Nähe ist.

Woran du einen zuverlässigen Helfer erkennst: Das Profil ist vollständig, die Identität geprüft, die Antwortzeit kurz. Bewertungen helfen, aber gerade bei neuen Helfern gibt es noch keine. Dann zählt das erste Gespräch. Frag konkret, ob die Person schon einmal für ältere Menschen eingekauft oder jemanden zum Arzt begleitet hat.

Viele Auftraggeber fangen mit einem einzelnen Einkauf an und machen daraus einen festen Termin pro Woche. Das ist der beste Weg: klein anfangen, schauen, ob es passt, dann verstetigen.

Geprüfte Helfer für Einkauf, Haushalt und Begleitung in deiner Nähe. Anfragen kostet nichts. Mehr unter www.domilio.de/helfer-finden.

Was Angehörige wissen sollten

Oft organisieren Kinder oder Enkel die Hilfe für ihre Eltern, manchmal aus einer anderen Stadt. Das geht, aber spricht vorher darüber, was die Person selbst möchte. Wer sein Leben lang selbst eingekauft hat, gibt das nicht gern ab. Ein Helfer, der „gemeinsam einkaufen“ anbietet statt „für dich einkaufen“, kommt oft besser an.

Klärt außerdem, wer bezahlt und wer den Kontakt hält. Auf domilio kann der Angehörige das Konto führen und anfragen, während der Helfer bei den Eltern vor Ort ist. Die Adresse sieht der Helfer erst, wenn der Auftrag angenommen ist.

Häufige Fragen

Was kostet Nachbarschaftshilfe pro Stunde?

In Hamburg und Umland meist etwa 12 bis 18 € pro Stunde, Stand 2026. Der Preis hängt von der Aufgabe ab. Einkaufen und Gesellschaft liegen am unteren Ende, Gartenarbeit und Hausarbeit mit Putzen etwas höher.

Zahlt die Pflegekasse für Nachbarschaftshilfe?

Ab Pflegegrad 1 gibt es den Entlastungsbetrag von 131 € im Monat. Abrechnen dürfen aber nur anerkannte Angebote. Ob ein einzelner Nachbar in Hamburg anerkannt werden kann, klärst du mit der Pflegekasse. Helfer über Plattformen sind in der Regel keine anerkannten Angebote.

Kann ich Nachbarschaftshilfe von der Steuer absetzen?

Ja, als haushaltsnahe Dienstleistung nach § 35a EStG. Du bekommst 20 % der Arbeitskosten von der Steuerschuld abgezogen, bis zu 4.000 € im Jahr. Du brauchst dafür eine Rechnung und musst unbar gezahlt haben.

Ist bezahlte Nachbarschaftshilfe Schwarzarbeit?

Nicht, wenn ein Beleg da ist und die Person, die hilft, ihre Einnahmen versteuert. Problematisch wird es bei regelmäßiger Barzahlung ohne Rechnung. Über eine Plattform mit Beleg und Treuhand bist du auf der sicheren Seite.

Was darf ein Nachbarschaftshelfer nicht machen?

Keine Pflege. Körperpflege, Medikamente, Verbände oder medizinische Aufgaben gehören zu einem Pflegedienst. Alles rund um Einkauf, Haushalt, Begleitung und Gesellschaft ist dagegen genau das, wofür Nachbarschaftshilfe gedacht ist.

domilio vermittelt geprüfte Helfer aus dem Schüler- und Studentenkreis für Haushalt, Garten, Einkauf, Nachhilfe, Babysitting, Hundebetreuung und Umzug. Beahlt wird über die Plattform, das Geld geht erst nach beidseitiger Bestätigung an den Helfer. Gestartet in Hamburg.

Dieses Whitepaper ersetzt keine Rechts- oder Steuerberatung. Zahlen sind Spannen und Stand des angegebenen Datums. Domilio GmbH · www.domilio.de · info@domilio.de