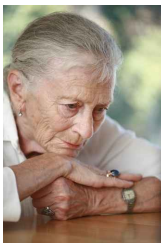
INFOBRIEF (AUSGABE 2/2022)

Ein monatlicher Infobrief der Fachstelle für pflegende Angehörige HALMA e.V.

Informationen aus der Fachstelle

Termine und Veranstaltungen

Kulturangebote


Informationen Demenz

Informationen Pflege

Die bunte Ecke

Informationen aus Ihrer Fachstelle für pflegende Angehörige

Beratungsstelle: Die Beratungsstelle ist wie gewohnt Montag bis Freitag von 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr für Sie telefonisch erreichbar.

Angehörigengruppen: Bis auf Weiteres finden die Treffen weiter online über Zoom statt.

Hygienekonzept: Unsere Konzepte wurden der aktuellen Situation angepasst. Für persönliche Beratungen in den Räumen von HALMA e. V. und bei Hausbesuchen gilt nun **2-G-plus**, alle Personen müssen demnach **g**eimpft, **g**enesen und durch einen offiziellen Schnelltest getestet worden sein. Die aktuellen Konzepte finden Sie auf unserer Homepage.

Walk & Talk: Unsere Beratung kann auch draußen stattfinden (dann ohne Schnelltest). Im Gehen an der frischen Luft lässt sich dies auch in dieser außergewöhnlichen Zeit gut durchführen. Ein Spaziergang in der Natur bringt die Gedanken zum Fließen und kann gleichzeitig für Ruhe sorgen.

Online-Beratung: Unsere Beratung bieten wir Ihnen auch gerne per Video-Konferenz oder per Telefon an, damit Sie diese flexibel von zu Hause aus wahrnehmen können.

INFOBRIEF

Termine und Veranstaltungen

Vortragsreihe „Wissen für die Praxis“

Die Teilnahme an der Vortragsreihe der Alzheimer Gesellschaft München e. V. ist kostenfrei und eine virtuelle Teilnahme ist bei allen Vorträgen möglich. Hierzu wird kurz vorher ein Link verschickt. Es gibt Vorträge im Zeitraum März bis November 2022 zu verschiedenen Themen.

Anmeldung unter: Alzheimer Gesellschaft München e.V. Tel.: 089 - 47 51 85 oder Email: info@agm-online.de , Flyer: https://bit.ly/3rkBLAB

VDK Vortragsreihe

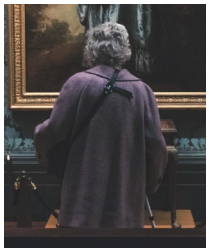
Mit der bayernweiten, kostenfreien, digitalen Vortragsreihe bietet der VDK Ihnen die Möglichkeit, sich bequem von zu Hause aus zu informieren! Die Expertinnen und Experten referieren in den Web-Vorträgen zu verschiedenen Themen wie Pflege, Rente und Schwerbehinderung.

Zwei Tage vor dem jeweiligen Vortrag erhalten Sie den Zugangslink per Email zugeschickt. Eine Anmeldung ist notwendig unter: https://bit.ly/3odKaUv

Angehörigenseminar „Hilfe beim Helfen“

Im Frühling 2022 bietet HALMA e.V. einen Hilfe beim Helfen-Kurs für pflegende Angehörige in Präsenz an. Der Kurs startet ab April 2022. Bei Interesse können Sie sich gerne unter 0931-20781420 oder info@halmawuerzburg.de melden.

Kultur für Menschen mit und ohne Demenz



Ein Blick zurück

in den vergangenen zwei Jahren der Pandemie mussten leider viele Veranstaltungen ausfallen, dennoch ist einiges passiert:

Neue Wege – Online

Erfreulicherweise gab es auch kreative Ideen v.a. im Lockdown Angebote online zu machen.

Prof. Dr. Wosch von der FH Würzburg erstellte ein Musik- und Mitsingangebot online.

Das Konzert für pflegende Angehörige des Mozartfestes wurde online über youtube gestreamt und

Frau Kippes vom Museum Kulturspeicher führte via Internet durch die Ausstellung.

Das Museum für Franken bot durch einen youtube-Kanal ein ständig abrufbares Programm an Miniführungen und Märchen erzählt durch Gesine Kleinwächter an

INFOBRIEF

Kultur für Menschen mit und ohne Demenz

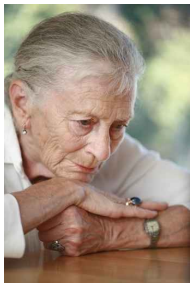
Neue Mitstreiter

Im Jahr 2021 gelang es, vier neue Kooperationspartner zu gewinnen. Das Museum für Franken, die Sing- und Musikschule Würzburg, die Kongregation der Schwestern des Erlösers und auch der Nordbayerische Musikbund e. V. werden zukünftig Veranstaltungen für Menschen mit und ohne Demenz anbieten. Bereits im Verlauf des Jahres beteiligte sich das Museum für Franken mit einer Führung. Gemeinsam mit der Sing- und Musikschule wurde ein neuer Chor für Menschen mit und ohne Demenz gegründet. Die Kongregation der Schwestern des Erlösers bauen ihre Klosteranlage und die Kirche im Moment barrierefrei um. Die dann vorhandenen Räumlichkeiten stehen zukünftigen Veranstaltungen offen. Der Nordbayerische Musikbund hat ein Inklusionssiegel für die Musikvereine entwickelt und plant gerade ein Schulungsprogramm für die einzelnen interessierten Musikvereine, um sie fit zu machen im Umgang mit Senioren und Menschen mit Demenz.

Neuer Chor

Durch die Anregung der pflegenden Angehörigen selbst wurde im Jahr 2021 ein Chor für Menschen mit und ohne Demenz gegründet. In dem neu gegründeten Chor singen Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen miteinander. Eine musikalische Vorbildung ist nicht erforderlich, lediglich Freude am Singen und an gegenseitiger Unterstützung. Stimme, Atem, Rhythmus und Bewegungen werden beim Singen ohne Noten unter Anleitung einer professionellen Chorleiterin miteinander verbunden. Mit viel Freude und Elan werden in regelmäßigen Chorproben bekannte und weniger bekannte Lieder “erarbeitet”. Sinn des Chores ist es, durch die verbindende Ebene der Musik gemeinsam Freude und Begegnungen zu haben, Kompetenzen zu stärken und Solidarität mit Menschen mit Demenz zu leben. Wenn Sie beim Chor mitmachen möchten, können Sie sich gerne bei HALMA e.V. unter 0931-20781420 melden.

Informationen Demenz



Herzton — Ideen für Beschäftigung

Im Pflegealltag kommen schöne gemeinsame Aktivitäten oft zu kurz. Mit dem Internetportal „Herzton“ werden Ihnen Ideen an die Hand gegeben, mit dem Sie die Beziehung zwischen Ihnen und den Ihnen anvertrauten Menschen mit Demenz stärken können – indem Sie miteinander ins Gespräch kommen oder einfach nur eine gute Zeit miteinander verbringen. Besonders gut können Sie Menschen mit Demenz mit Klängen erreichen, denn Klänge sind tief in uns verankert. Der Hörsinn ist der sensibelste unserer Sinne – und der erste, den wir im Mutterleib entwickeln. Von da an sind unsere Ohren niemals mehr verschlossen. Wann immer wir etwas hören, werden emotionale Erinnerungen aktiviert. Besonders hat mir die Rubrik „15 Minuten Hören und Erleben“ gefallen, in der thematisch sortiert Hörerlebnisse mit einfachen Aktivierungsideen verknüpft werden. Passend und ideal für die Umsetzung zu Hause.

Sie finden dies unter https://herzton.org/

INFOBRIEF

Informationen Pflege

Neuerungen bei der Pflegeversicherung

Zum 1. Januar 2022 ändern sich einige Regelungen der Pflegeversicherung. Einige wichtige Änderungen sind hier für Sie zusammengefasst:

Zum einen erhalten Pflegebedürftige in Pflegegrad 2 bis 5 mehr Leistungen für die ambulante Pflege und für die Kurzzeitpflege. Die **Pflegesachleistungen** wurden um 5 % erhöht, was im Einzelnen folgende neuen Beträge sind:

Pflegegrad 2	Pflegegrad 3	Pflegegrad 4	Pflegegrad 5
724	1363	1693	2095

Der **Kurzzeitpflegesatz** wurde um 10 % erhöht. Somit stehen 2022 für die Kurzzeitpflege 1774 € (statt 1612 € bisher) pro Jahr zur Verfügung. Mit der Umwidmung der Verhinderungspflege in die Kurzzeitpflege stehen somit dann insgesamt maximal 3386 € statt 3224 € zur Verfügung.

Neu ist, dass ein Antrag auf **Pflegehilfsmittel** nicht mehr vom Medizinischen Dienst geprüft wird, wenn eine Pflegefachkraft eine entsprechende Empfehlung ausspricht. Pflegeberater dürfen also nun Hilfsmittel verordnen.

Pflegehilfsmittel, die zum Verbrauch bestimmt sind, sind wieder auf 40 € begrenzt. Der Corona-Zuschlag entfällt wieder.

Es wird ein neuer Anspruch auf eine **Übergangspflege im Krankenhaus** eingeführt (§ 39 e SGB XI). Sie kann in Anspruch genommen werden, wenn z.B. keine Kurzzeitpflege oder kein Reha-Platz gefunden wurde. Ein Anspruch auf Übergangspflege im Krankenhaus besteht für längstens zehn Tage je Krankenhausbehandlung.

Pflegebedürftige, die in **vollstationären Einrichtungen** leben, erhalten ab 01. Januar 2022 einen "Leistungszuschlag" auf die Pflegekosten. Die Höhe der Zuschüsse richtet sich nach dem Zeitraum, in dem Leistungen der

- 5% des Eigenanteils an den Pflegekosten innerhalb des ersten Jahres
- 25% des Eigenanteils an den Pflegekosten wenn sie mehr als 12 Monate
- 45% des Eigenanteils an den Pflegekosten wenn sie mehr als 24 Monate und
- 70% des Eigenanteils an den Pflegekosten wenn sie mehr als 36 Monate in einem Pflegeheim leben

vollstationären Pflege bezogen werden. Für Heimbewohner mit Pflegegrad 2-5 beträgt der Leistungszuschlag:

Weitere Informationen: https://bit.ly/34etKUV

INFOBRIEF

Informationen Pflege

Sorge und Pflege aus der Ferne — Podcast

Einige Angehörige, die wir begleiten, pflegen ein Familienmitglied, das an einem anderen Ort lebt. Die Pflege aus der Ferne bringt besondere Herausforderungen und emotionale Belastungen mit sich. Darum geht es unter anderem auch in der aktuellen Podcast-Folge von "Leben, Lieben, Pflegen". Wie kann man seinen Angehörigen mit Demenz unterstützen, wenn man nicht in der Nähe wohnt? Darüber sprechen Familiencoach Anja Kälin und Bloggerin Peggy Elfmann in der 16. Folge des Podcasts. Die beiden unterhalten sich unter anderem darüber, was Pflege aus der Ferne bedeutet, warum ein Netzwerk vor Ort wichtig ist und wie man aus der Ferne erkennt, ob die Pflege vor Ort gut läuft.

Hier geht es zum Podcast: https://desideriacare.de/podcast

Zu dem Podcast gibt es auch ein Arbeitsblatt, welches Ihnen helfen kann, ein paar Strategien zu erarbeiten, um die Pflege aus der Ferne gut zu gestalten. Hier ist es zu finden: https://bit.ly/3INW67g

Entscheidungshilfen zum Thema Wohnen im Alter

Die Entscheidung für den Einzug in eine stationäre Wohnform im Alter will gut vorbereitet sein. Zwei Veröffentlichungen der BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen bieten dazu Orientierung und konkrete Hilfestellung. Neben grundsätzlichen Informationen enthalten die beiden Publikationen „Betreutes Wohnen“ und „Das richtige Senioren- und Pflegeheim“ detaillierte Checklisten, die bei der Recherche und beim Besuch der ausgewählten Einrichtungen hilfreich sind. Anhand eines Fragenkatalogs lassen sich Schritt für Schritt Qualität und Leistungen verschiedener Anbieter bewerten und vergleichen.

Beide Checklisten können heruntergeladen und digital ausgefüllt werden oder als Druckexemplare kostenfrei bei der BAGSO bestellt werden: https://www.bagso.de/publikationen

Claus Fussek geht in Rente

Mehr als 40 Jahre lang hat Claus Fussek für die Rechte von Pflegebedürftigen gekämpft und Missstände in Pflegeheimen aufgedeckt. Für seine Lebensleistung hat er zahlreiche Auszeichnungen, u. a. das Bundesverdienstkreuz, erhalten. Zum 01. Februar 2022 geht er in Rente, will aber auch danach ein Sprachrohr für pflegebedürftige Menschen bleiben. Im April 1997 machte er gravierende Probleme in Münchner Pflegeeinrichtungen durch eine große Pressekonferenz öffentlich, was zum „Münchner Pflegeskandal“ führte. Von da an wendeten sich pflegende Angehörige und Pflegebedürftige aus ganz Deutschland mit ihrem Anliegen an ihn. Über die Jahre haben ihn mehr als 50.000 Hilferufe erreicht.

Ein Interview in „Der Zeit“ zum weiterlesen: https://bit.ly/3L5qnQM

INFOBRIEF

Die bunte Ecke

Nora — App, die Notrufe erleichtert

Die offizielle Notruf-App der Bundesländer „nora“ kann ab sofort downgeloadet werden. Damit sind Polizei, Feuerwehr und Rettungsdienst im Notfall schnell und einfach zu erreichen. Besonders hilfreich ist „nora“ für Menschen, die nicht oder nicht gut telefonieren können, weil sie zum Beispiel eine Sprach- oder Hörbehinderung haben oder für Menschen, die nicht so sicher Deutsch sprechen, dass sie sich am Telefon gut verständigen können. Mit „nora“ werden direkt die zuständigen Einsatzleitstellen von Polizei, Feuerwehr und Rettungsdienst erreicht - genauso, als würden die Notrufnummern 110 oder 112 angerufen werden. „Nora“ nutzt die Standort-Funktion des Mobil-Gerätes, um den genauen Standort an die örtlich zuständige Einsatzleitstelle zu übermitteln. So können Einsatzkräfte Personen besser finden, auch wenn diese selbst den genauen Standort nicht beschreiben können. Die App „nora“ ist so aufgebaut, dass man auch mit geringen Sprachkenntnissen und ganz ohne zu sprechen einen Notruf mit den wichtigsten Informationen auf Knopfdruck absetzen kann. Dabei helfen Symbole, klare Texte und eine klare Nutzerführung. Das ermöglicht Menschen mit eingeschränkten Sprach- und Hörfähigkeiten den direkten Kontakt zu den Leitstellen von Polizei, Feuerwehr und Rettungsdienst.

Mehr dazu: https://www.nora-notruf.de/de-as

Wer rastet der rostet—Mehr Bewegung im Alltag

Bringen Sie mehr Bewegung in Ihren Alltag - gerade jetzt, wo einige Sportangebote nicht stattfinden! Auf der Internetplattform „Älter werden in Balance“ gibt es für Senioren u. a. ein Aktivprogramm für jeden Tag mit einfach durchzuführenden Übungen für Beweglichkeit und Koordination mit Übungsvideos und Motivationsplänen. Weiterhin gibt es eine „Bewegungspackung“ mit 25 Übungskarten kostenfrei zu bestellen. Diese motiviert Sie mit leicht umzusetzenden Tipps und Anregungen fit, gesund und beweglich zu bleiben.

Hier geht es zu der Seite: https://www.aelter-werden-in-balance.de/

INFOBRIEF

Schlussgedanke

Wir feiern auch in diesem Jahr
Karneval als Narrenschar
Alle sind gekommen, verkleidet und bunt
Der eine als Clown, der andre als Hund

Als Zauberer und als Mann aus China
Als Hexe und auch als Ballerina
Als Katze, als Biene oder als Nonne
Wir genießen die Bowle heute mit Wonne

Bleiben Sie zuversichtlich und gesund – wir freuen uns auf den Kontakt mit Ihnen!

Ihr HALMA Team

info@halmawuerzburg.de

www.halmawuerzburg.de
Bahnhofstr. 11, 97070 Würzburg

Telefon 0931 20781420

Nächste Ausgabe: März 2022

Trotz sorgfältiger Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

Diesen Infobrief schicken wir ohne Auftrag durch Sie an die uns bekannte E-Mail-Adresse oder Postanschrift. Möchten Sie diesen Infobrief nicht mehr erhalten, schicken Sie uns bitte eine E-Mail an info@halmawuerzburg.de oder rufen Sie uns an. Wir nehmen Sie dann sofort aus dem Verteiler heraus.

Bildnachweis: adobestock, pixabay,