

Infobrief für pflegende Angehörige Juni 2021

Liebe Angehörige,

der Monat Juni läutet den Sommer ein. Der Sommer ist für viele Menschen die schönste Jahreszeit im Jahr. Die Tage sind lang, die Natur ist auf ihrem Höhepunkt - alles gedeiht und wächst. Die Luft ist mit Leben ausgefüllt. Es ist eine Zeit der Romantik, Spannung und großer Lebensfreude. Irgendwie scheint der Sommer nie lange genug anzudauern. Er ist so schnell vorbei, dass wir kaum eine Chance hatten, seine Schönheit in vollem Umfang erleben zu können. Aber das trifft bei allen schönen Dingen, die wir erleben, zu. Genießen wir bewusst diese Jahreszeit einfach ein bisschen mehr.

Hinzu kommt in diesem Jahr, dass mit steigenden Temperaturen die Inzidenzwerte sinken und viele Dinge wieder möglich sind. Die Biergärten haben geöffnet, es können verschobene Familientreffen nachgeholt werden, die Museen und Theater laden alle Kulturinteressierten ein, das Vereinsleben kommt in Gang und auch spontane Treffen mit Freunden und Nachbarn sind wieder möglich.

1. Termine

MDK IM DIALOG – DAS SERVICETELEFON PFLEGE: IHRE FRAGEN ZUR PFLEGEbegUTACHTUNG, Online-Veranstaltung

16. Juni 2021 17.00 bis 18.30 Uhr

Wie das Servicetelefon Pflege Ihnen weiterhilft und wie Sie sich bestmöglich auf die Pflegebegutachtung vorbereiten können, erfahren Sie in der Veranstaltung „MDK im Dialog – Das Servicetelefon Pflege: Ihre Fragen zur Pflegebegutachtung“. Nutzen Sie die Gelegenheit und lassen Sie sich die Pflegebegutachtung erklären.

ANMELDUNG: Bitte melden Sie sich bis Montag, den 14. Juni 2021 hier an:

<https://www.mdk-bayern.de/anmeldung>

KRAFTQUELLEN FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE, Seminar vor Ort

Vom 12. bis zum 18. September 2021 in Neuendettelsau

Die Anmeldung läuft bereits, weitere Informationen erhalten Sie unter:

<https://www.diakoneo.de/senioren/beratung-betreuung-entlastung/auszeit-fuer-pflegende-angehoerige-bayern/>

Die Sehnsucht nach dem Süden. Wir begeben uns auf eine Reise zu südlichen Gefilden und romantischen Landschaften. Sinnesorientierter Ausstellungsbesuch im Museum im Kulturspeicher

29. Juni 2021 15:00 bis 16:00 im Museum Kulturspeicher Würzburg

Sonne, Meer und südliche Vegetation - seit jeher zieht der Süden an und fasziniert. Im 19. Jahrhundert reisten viele Künstler*innen nach Italien und Spanien, um die lieblichen Landschaften und ihr besonderes Licht einzufangen.

Wir begeben uns - in geschützter Atmosphäre - innerhalb der Führung auf eine Reise in den Süden und entdecken gemeinsam Kunstwerke der Städtischen Sammlung des Museums. Es erwarten uns romantische Landschaften, die wir - mit mehreren Sinnen - gemeinsam betrachten und erleben und über die wir ins Gespräch kommen können. Eine schöne (Museums-)Zeit verbringen und am kulturellen Leben teilzuhaben, haben sich diese sowie weitere Veranstaltungen der Angebote „Kultur für Menschen mit und ohne Demenz“ (HALMA e.V.) zum Ziel gemacht. Die Teilnehmer*innenanzahl ist begrenzt.

Kosten: 7.00 Euro

Information und Anmeldung: 01575 1679961 oder sophia.kippes@stadt.wuerzburg.de

2. Hinlauftendenz bei Menschen mit Demenz

Ein Angehöriger hat uns durch einen Zeitungsartikel der Main Post (Artikel und ein Leserbrief dazu ist angehängt) den Impuls gegeben über dieses Thema zu berichten. Wir kommen dem sehr gerne nach, da wir uns immer über Ihre Anregungen freuen.

„Weglaufen“ von Menschen mit Demenz ist in der Regel ein Hinlaufen zu einem Ort, der für die Erkrankten in diesen Momenten wichtig ist. In der Regel kommt es zu einer sogenannten Hinlauftendenz bei Menschen, deren Demenz im fortgeschrittenen Stadium ist. Sie haben kein Gefühl mehr für die Zeit, ihre Wahrnehmung ist verändert, teils leben sie gedanklich in der Vergangenheit. Es sind meist bestimmte Tageszeiten, an denen es bei Betroffenen gehäuft zu einem Bewegungsdrang kommt. Vor allem in der Zeit zwischen 17 und 19 Uhr verspürten Menschen mit Demenz im fortgeschrittenen Stadium häufig eine große Unruhe (sundowning Syndrom). Dieser kann ggf. mit folgenden Tipps aufgefangen werden:

- Ist der Angehörige unruhig und versucht, das Haus zu verlassen, bietet es sich an, ihn zu begleiten. Dies kommt seinem Bewegungsdrang entgegen und

außerdem kann aus dem „Ausflug“ erkannt werden, was den Erkrankten gerade umtreibt und wo er hingehen möchte.

- Bei einigen Menschen mit Demenz hilft es, wenn sie beschäftigt werden. Eingebunden sein in das tägliche Leben lässt sie im günstigsten Fall vergessen, dass sie eigentlich etwas ganz anderes „erledigen“ wollten.

Für den Fall der Fälle, können Sie im Vorfeld einige Vorbereitungen treffen:

- Hilfreich ist es, eine Liste zu führen, an welchen Orten ihr Angehöriger gerne hin geht, welche Orte ihm aus früheren Zeiten geläufig sind und die ihn geprägt haben. Er wird vielleicht wieder an diese Orte – vielleicht seine Lieblingsorte – zurückkehren.
- Wird die verschwundene Person nicht innerhalb einer angemessenen Zeitspanne gefunden, ist auf alle Fälle wichtig die Polizei einzuschalten.
- Es kann hilfreich sein, wenn ihr Angehöriger ein SOS-Band / einen SOS-Anhänger / in die Kleidung eingenähte Adresstiketten oder andere Schilder mit seinem Namen und der Telefonnummer bei sich trägt.
- Eine technische Option zum Schutz von Betroffenen ist ein Ortungschip. Die betreffende Person trägt diesen Funksender bei sich, der bei Überschreiten eines bestimmten Bereichs ein Signal z.B. an das Smartphone der Angehörigen abgibt. Zudem lässt sich der Träger darüber per GPS orten. Dieser Ortungschip kann wie eine Uhr aussehen oder auch im Schuh versteckt sein.

3. Film "Vergiss mein nicht"

Riccarda von Desideria e.V. verfasst jeden Monat eine Rezension zu einem Film oder Hörbuch. Der Film „Vergiss mein nicht“, der im Juni von ihr vorgestellt wird, erzählt die Geschichte von der an Alzheimer erkrankten Gretel, ihrem Mann Malte und ihren Kindern. Ihr Sohn, der Dokumentarfilmer David Sieveking, begleitet filmisch ihren Alltag, der immer mehr von der Krankheit gekennzeichnet ist. Riccarda war sehr beeindruckt von dem Film, da er sehr private und unverfälschte Einblicke in das Familienleben zulässt. Dabei wird sowohl die Perspektive der Kinder als auch des Vaters beleuchtet. Riccarda hat sich - als Angehörige eines Menschen mit Demenz - durch den Film sehr verstanden gefühlt, da er einen guten Einblick in den Alltag einer demenzkranken Person bietet. Weitere interessante Rezensionen finden Sie unter: <https://desideriacare.de/demenz/riccarda-liest>

4. Positionspapier zur Bundestagswahl 2021: Verband „wir pflegen“ legt Lösungen zur Entlastung pflegender Angehöriger vor

Mehr soziale und finanzielle Sicherheit für pflegende Angehörige und mehr Mitspracherechte in pflegepolitischen Prozessen in Bund, Ländern und Kommunen – das fordert der Bundesverband wir pflegen in seinem Positionspapier „Mit uns, nicht über uns“ zum Wahljahr 2021. Der Verband will unter anderem mehr Kurzzeit-, Tages- und Nachpflege-Angebote. Er fordert außerdem eine bessere Vereinbarkeit von Pflege und Beruf, zum Beispiel durch einen Lohnersatz wie beim Elterngeld. In Deutschland werden über achtzig Prozent aller Pflegebedürftigen zuhause gepflegt, die meisten von Angehörigen.

Zum Positionspapier kommen Sie hier: <https://www.wir-pflegen.net/aktuelles/nachrichten/108-wahlen/503-positionspapier-zur-bundestagswahl-2021>

5. Bei Anruf Kultur – Aktuelles Programm für Telefonführungen

Die meisten Museen sind aufgrund der Corona-Pandemie derzeit geschlossen. Mit dem Angebot Bei Anruf Kultur können sich Interessierte ein Stück Hamburger Museumskultur nach Hause holen – ein Anruf genügt. Hier wird Kultur einfach zugänglich und kostenfrei für alle Menschen erlebbar: Als Führung am Telefon. Einfach eine Veranstaltung aussuchen, anmelden, mit dem Telefon einwählen und in einer kleinen Gruppe teilnehmen. Spannende Einblicke und gute Gespräche inklusive.

Weitere Informationen finden hier: <https://www.grauwert.info/beianrufkultur-aktuelles-programm-fuer-telefonfuehrungen/>

6. Tablets, Sensoren & Co: Neue Broschüre der Deutschen Alzheimer Gesellschaft informiert über technische und digitale Hilfen

Intelligente Beleuchtungssysteme, automatische Herdabschaltung, virtuelle Spiele – viele technische und digitale Produkte machen unser Leben nicht nur komfortabler, sicherer und bunter. Richtig eingesetzt können sie Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen dabei helfen, länger selbstbestimmt zu leben. Die neue Broschüre „Tablets, Sensoren & Co. Technische und digitale Hilfen für das Leben mit Demenz“ der Deutschen Alzheimer Gesellschaft (DAIzG) gibt Hilfestellungen bei der Auswahl und Beurteilung solcher Produkte. An der Entstehung war ein Expertenkreis aus

Praxis, Wissenschaft und Angehörigen von Menschen mit Demenz beteiligt. Die Broschüre ist kostenlos erhältlich.

Hier finden Sie die Broschüre: <https://shop.deutsche-alzheimer.de/broschueren/33/tabletsensoren-co>

7. Film zur Prävention von Trickbetrügereien an älteren Menschen

Das erfolgreiche Bühnenstück „Ausgetrickst? Nicht mit uns!“ gibt es jetzt auch als 20-minütige Filmversion. Das Stück entstand 2016 als Kooperationsprojekt des Freien Werkstatt Theaters Köln mit der Polizei Köln und dem Sozialwerk der Kölner Polizei. Zehn Darstellerinnen und Darsteller des Altentheater-Ensembles setzen sich mit Trickbetrügereien an alten Menschen auseinander, schlüpfen dabei in die Rollen von älteren Menschen und Trickbetrügern und experimentieren mit möglichen Strategien, Betrugsmaschen zu entkommen.

<https://www.youtube.com/watch?v=LtPhoF2Pqsl>

Ein Gedicht zum Schluss

Wie herrlich leuchtet mir die Natur,
Wie glänzt die Sonne, wie lacht die Flur!
Es dringen Blüten aus jedem Zweig
Und tausend Stimmen aus dem Gesträuch,
Und Freud und Wonne aus jeder Brust;
O Erd', o Sonne, o Glück, o Lust!
O Lieb', o Liebe! So golden schön
Wie Morgenwolken auf jenen Höhn!
Du segnest herrlich das frische Feld,
Im Blütendampfe die volle Welt.

(Ausschnitt aus „Wie herrlich leuchtet die Natur von
J.W. Goethe)



Foto: M. Röhm

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

Ihr HALMA Team

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.