

Infobrief für pflegende Angehörige März 2021

Liebe Angehörige,

das folgende Bild ist im Frühlings-Lockdown 2020 entstanden, also fast vor einem Jahr. Damals hätte sich noch niemand ausmalen können, dass wir ein Jahr später in einem weiteren Lockdown ähnliche Einschränkungen haben werden.



Foto: aus dem Projekt „Pinselpost“, Sozialverband VdK Rheinland-Pfalz

Dieses Bild hat ein Kind einer 6. Klasse für einen älteren Menschen im Rahmen eines VDK-Projektes gezeichnet. Die zentrale Botschaft „Niemand ist allein“ gibt Zuversicht und Hoffnung.

Dieser Informationsbrief möchte für Sie genau diese Nachricht überbringen:

Wir sind für Sie da!

Die Neuigkeiten rund um das Thema Demenz und Pflege sowie die Veranstaltungshinweise in diesem Schreiben sind für uns auch eine wunderbare Gelegenheit mit Ihnen in Kontakt zu bleiben.

1. Termine

Beratungsstelle:

Die Beratungsstelle ist wie gewohnt Montag bis Freitag 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr für Sie telefonisch erreichbar.

Angehörigengruppen:

Alle Angehörigengruppen finden im März und April nicht als Treffen vor Ort statt. Über zoom bieten wir Ihnen dennoch die Möglichkeit zu einem Online-Austausch. Die jeweiligen Gruppenleitungen setzen sich dazu mit Ihnen rechtzeitig in Verbindung.

Ehrenamtliche Helfer und Alltagsbegleiter:

Ehrenamtliche Helfer und Alltagsbegleiter werden weiterhin vermittelt. Sollten Sie Bedarf an Entlastung durch Mitarbeiter unseres Helferkreises haben, melden Sie sich bitte in der Beratungsstelle.

„MDK im Dialog - Das Servicetelefon Pflege: Ihre Fragen zur Pflegebegutachtung“

am Mittwoch, den **17. März 2021 von 17 bis 19 Uhr.**

Ziel unserer Online-Veranstaltung ist es, alle Fragen rund um das Pflegegutachten zu beantworten und Ihnen das Servicetelefon Pflege näher vorzustellen.

Bitte melden Sie sich bis Montag, den 15. März 2021 hier an:

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

2. Möglichkeit der Online-Beratung

Seit Dezember bietet Halma e.V. die Möglichkeit eine Beratung über Videotelefonie. Wir nutzen das Programm RED connect, das auch von vielen Ärzten und Therapeuten verwendet wird. Wir haben dieses Programm gewählt, da sicher verschlüsselte Videoanrufe möglich sind und RED connect auch von der kassenärztlichen Bundesvereinigung (KBV) als zertifizierter Videodienstanbieter gelistet ist. Sie benötigen zur Durchführung einer Online-Beratung einen PC, ein Tablet, einen Laptop oder ein Smartphone mit Kamera und Mikrofon sowie eine stabile Internetverbindung. Die Beraterinnen schicken Ihnen vor der Beratung per Mail einen Link zu. Sie müssen dann nur auf den Link klicken und die Beratung beginnt automatisch. Die Online-Beratung ist eine Ergänzung zu den persönlichen Beratungsgesprächen vor Ort oder den telefonischen Beratungen. Nutzen Sie diese neue Möglichkeit auch aus der Ferne persönlichen Kontakt zu haben.

3. Digidem Hörtest

Ein unversorgter Hörverlust steigert das Demenzrisiko – das wurde in Studien bereits umfassend belegt. Daher ist es wichtig, Hörschäden möglichst frühzeitig zu erkennen und zu behandeln, etwa durch das Tragen von Hörgeräten. Um hier niedrigschwellige Unterstützung zu bieten, stellen digiDEM Bayern einen Online-Hörtest als präventive Maßnahme auf ihrer Website zur Verfügung. Er kann innerhalb weniger Minuten durchgeführt werden - anonym und kostenlos. Er ersetzt keine ärztliche Diagnose, sondern liefert im Sinne eines "Screenings" erste Anhaltspunkte, ob eine Hörminderung vorliegt

Sie finden den Test unter diesem Link: <http://digidem-bayern.de/onlinehoertest>

4. TV-Tipps zum Thema Demenz

Die Alzheimer Gesellschaft München bietet auf ihrer Webseite eine Übersicht über alle Filme und Reportagen zum Thema Demenz, die im Fernsehen übertragen werden. Die Übersicht ist jeweils für den aktuellen Monat gültig.

<https://www.agm-online.de/alzheimer-hilfe-tvtipps.html>

5. Ratgeber Depression als Hilfestellung für alte Menschen mit Pflegebedarf – ein Podcast

Der deutliche Zusammenhang zwischen Depression und beeinträchtigter Lebensqualität bei pflegebedürftigen älteren Menschen macht es zu einer wichtigen gesundheitspolitischen Aufgabe, depressive Erkrankungen zu erkennen und angemessen zu behandeln. Dieser Ratgeber für Betroffene sowie deren Vertraute und Angehörige vermittelt Informationen zum Erkennen von Depression im Alter und Anregungen, wie Betroffene mit einer Depression umgehen können, und wie Angehörige/Vertraute sie dabei unterstützen können. Im Rahmen eines Podcast können die Inhalte angehört werden.

Sie finden den Podcast unter <https://www.dgvt.de/aktuelles/podcast/>

Die gleichen Inhalte als Ratgeber zum Nachlesen: <https://bit.ly/3kLYZdX>

6. DEMEDARTS – Online-Workshops

DEMEDARTS ist ein künstlerisches Forschungsprojekt an der Universität für angewandte Kunst Wien. Die kostenfreien Workshops richten sich an pflegende

Angehörige und auch professionell Pflegende. In den Workshops geht es darum kreative Wege der Kommunikation und des gegenseitigen Verständnisses mit Menschen mit Demenz zu finden. Die Workshops finden stets um 19:00 Uhr statt und dauern etwa 1- 1,5 Std.

17.3.2021: Mein Körper und ich. Durch Bewegung, spüren und berühren in meinem Körper ankommen.

21.4.2021: Ein Zimmer voller Geschichten. Bei diesem Workshop arbeitet man mit den Objekten, die einen umgeben.

19.5.2021: Selbstfürsorge – Berührung – Bewegung. Selbstfürsorge durch Bewegung und Berührung für helfende Berufe.

Für weitere Informationen und zur Anmeldung:

<https://www.demedarts.com/workshops>

Frühling treibt es aus der Erden
Grün und bunt – neu wird die Welt
Menschen wieder fröhlich werden
Frühling ist es – das gefällt

Das Röschen des Adonis treibt
Keck seine gelben Blütenballen
Und mit vielen Farben schreibt
Der Frühling – um uns zu gefallen

Genießt die Luft – den Duft – die Pracht
Frühling schenkt sich Tag und Nacht

Michael Röhm



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

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.