

Infobrief für pflegende Angehörige Mai 2021

Liebe Angehörige,

„Alles neu macht der Mai“ lautet ein traditionelles Frühlingslied. Auf die Natur trifft dies auf jeden Fall zu. Die Bäume kleiden sich mit frischen jungen Blättern, die Wiesen zeigen uns ihr saftiges Grün und ihre Blütenpracht. Was die Corona-Pandemie und deren Folgen auf unsere Arbeit angeht, gibt es kaum Veränderungen. Weiterhin sind wir telefonisch und online für Sie in der Beratung und den Angehörigengruppen da. Vorträge und Kurse finden momentan ausschließlich virtuell statt.

In einem der ersten Infobriefe hatten wir Sie motiviert, eigene Beiträge zu schreiben oder uns Ihre Gedanken zukommen zu lassen. Nun freuen wir uns, dass Sie sich daran erinnern haben. Am Ende dieses Infobriefes finden Sie einen Schlussgedanken, den uns eine Angehörige geschickt hat. Weiterhin hängen wir diesem Infobrief einen Artikel aus der Alzheimer Info an. In diesem Artikel berichtet ein Angehöriger vom Leben mit seiner erkrankten Frau.

Immer mehr kulturelle Angebote finden online statt. Einige davon möchten wir Ihnen in diesem Infobrief vorstellen.

1. Termine

Beratungsstelle:

Die Beratungsstelle ist wie gewohnt Montag bis Freitag von 8:00 Uhr bis 12:00 Uhr für Sie telefonisch erreichbar.

Angehörigengruppen:

Alle Angehörigengruppen finden im Mai nicht als Treffen vor Ort statt. Über zoom bieten wir Ihnen dennoch die Möglichkeit zu einem Online-Austausch. Die Erfahrungen der letzten Treffen haben gezeigt, dass auch online eine lebendige Kommunikation möglich ist. Melden Sie sich in der Beratungsstelle, wenn Sie Interesse an einer Online-Gruppe haben. Die jeweiligen Gruppenleitungen setzen sich dann mit Ihnen rechtzeitig in Verbindung, um alle technischen Fragen zu klären und Ihnen den Zugangslink zu schicken.

Ehrenamtliche Helfer und Alltagsbegleiter:

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

Vortragsreihe „Zwischen Liebe, Wut und Pflichtgefühl“

In Kooperation mit dem Generationen-Zentrum Matthias-Ehrenfried-Haus, online über Zoom, Anmeldung bei HALMA e.V. unter 0931 20781420, info@halmawuerzburg.de, jeweils **18:00 – 20:00** Uhr

11.05.2021 „Ich habe mich schon gewaschen. Neue Wege finden im Pflegealltag von Menschen mit Demenz.“

18.05.2021 „Ich will einfach nur noch meine Ruhe. Entlastung und Fürsorge für pflegende Angehörige.“

Kurs für pflegende Angehörige „Hilfe beim Helfen“

In Kooperation mit dem Mehrgenerationenhaus WABE in Waldbrunn, online über Zoom, Anmeldung bei HALMA e.V. unter 0931 20781420, info@halmawuerzburg.de, immer donnerstags **18:00 – 20:00** Uhr, 8 Termine, 10.06.2021 bis 22.06.2021

2. Das Mozartfest ist online

Die Organisatoren des Mozartfestes haben sich dazu entschieden, das Konzert für pflegende Angehörige zusätzlich als Stream zu übertragen, um auch all die Menschen zu erreichen, die nicht mobil sind. Neben den Pflegenden können dann auch die Gepflegten daran teilnehmen. Der Stream wird auf dem YouTube-Kanal des Mozartfestes verfügbar sein. <https://www.youtube.com/user/mozartfestwue/featured>

3. Das Mainfrankentheater Würzburg ist online

Ab Mitte April starten eine Reihe von interessanten Angeboten des Mainfranken Theaters Würzburg. Sie werden online oder auch über das Telefon angeboten. Wir haben Ihnen Informationen hierzu zusammengestellt:

- I. Am 18. April startet die **Reihe der Sonntagsmusik des Philharmonischen Orchesters Würzburg**. Ein buntes Programm mit kammermusikalisch besetzten Werken wurde im historischen Toskanasaal der Residenz Würzburg eingespielt. Dieses Angebot wartet **in den nächsten Wochen jeden Sonntag ab 11:00** Uhr auf der unten genannten Seite auf: <https://www.mainfrankentheater.de/spielplan/a-z/sonntagsmusik/>
- II. Ab dem 16. April bietet das Würzburger Schauspiel jeden Freitag das Format **Bei Anruf Theater - Das Balladentelefon** an. Interessierte können sich bis auf Weiteres **freitags zwischen 18:00 und 20:00 Uhr für eine kostenfreie Lesung von bis zu 15 Minuten** von einer Schauspielerin oder einem Schauspieler anrufen lassen und dem kleinsten Drama der Literaturgeschichte lauschen – der Ballade. Anmeldung

-
- über dramaturgie@mainfrankentheater.de
(Anmeldeschluss am Dienstag vor dem gewünschten Vorstellungstermin)
oder telefonisch unter 0931/3908-312, weitere Informationen unter:
<https://www.mainfrankentheater.de/spielplan/a-z/balladentelefon/>
- III. **Oper als Film: DER ARME MATROSE.** Eine szenisch-musikalische Reise mit Musik von Darius Milhaud, Ludwig van Beethoven, Franz Schubert und Dmitri Schostakowitsch, Dauer: ca. 70 Minuten, vom **14. bis 16. Mai als Video-on-demand kostenlos**,
Details unter: <https://www.mainfrankentheater.de/spielplan/a-z/der-arme-matrose/>
- IV. **TanzXperiment online.** Wenn Tanzende Tanzende filmen. **Ab dem 23.04.** sind die Tanz-Videos online unter:
<https://www.mainfrankentheater.de/tanzexperiment>
-

4. Internationaler Tag der Pflege am 12. Mai 2021

Der „Internationale Tag der Pflege“, auch „Internationaler Tag der Pflegenden“ (veraltet Internationaler Tag der Krankenschwestern, englisch: International Nurses Day) ist ein international begangener Aktionstag, der jährlich am 12. Mai begangen wird.

Er erinnert damit an den Geburtstag von Florence Nightingale, die Pionierin der modernen Krankenpflege

5. Internationaler Tag der Nachbarn am 28. Mai 2021

Zum Tag der Nachbarn am letzten Freitag im Mai ruft die nebenan.de Stiftung wieder dazu auf, ein Zeichen für nachbarschaftlichen Zusammenhalt und lokales Engagement zu setzen. Dafür hat die Stiftung ein Paket mit sechs Aktionsideen geschnürt. Von Blumengrüßen über Hinterhof-Konzerte und Viertelspaziergängen bis hin zu Briefkastenüberraschungen bieten die Ideen Anregungen für Aktionen, die auch unter Corona-Bedingungen möglich sind. Teilnehmende erhalten ein kostenloses Mitmach-Set mit den notwendigen Utensilien. Gerade in diesen Zeiten ist der Zusammenhalt und Kontakt zu Nachbarn „über den Gartenzaun“ umso wichtiger.

<https://www.tagdernachbarn.de/>

6. Petition gestartet: Einführung von Zuschüssen für haushaltsnahe Dienstleistungen

Um Familien und insbesondere Frauen bei der alltäglichen unbezahlten Sorgearbeit zu entlasten, fordern der Deutsche Hauswirtschaftsrat und die Initiative Equal Care Day, die Sorge- und Erwerbsarbeit fair zu verteilen. Dazu suchen sie Mitunterzeichnende für eine Petition. Die Initiatoren fordern Zuschüsse zu haushaltsnahen Dienstleistungen, um die Vereinbarkeit von Familie und Beruf zu verbessern und auch pflegende Angehörige zu unterstützen. Das Vorhaben, solche Zuschüsse einzuführen, wurde im Koalitionsvertrag von CDU/CSU und SPD vereinbart, eine Umsetzung ist jedoch bisher nicht erfolgt. Zur Online-Petition: <https://www.openpetition.de/petition/online/zuschuesse-fuer-haushaltsnahe-dienstleistungen-fuer-eine-faire-verteilung-von-sorge-und-erwerbsarbeit>

Schlussgedanke

Du kannst bedauern, dass etwas Schönes vorbei ist, oder dich freuen, dass du etwas Schönes erlebt hast.

Wenn wir etwas Schönes erleben, dann wünschen wir uns, es möge nie enden. Doch alles ist vorübergehend. Du kannst deinen Abschiedsschmerz jedoch lindern. Richte deine Aufmerksamkeit darauf, dass du eine schöne Zeit erleben durftest. Bedanke dich dafür. So bewahrst du dir das Schöne in deiner Erinnerung. Vielleicht musst du diese Einstellung etwas üben, aber es lohnt sich.

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.