



Spuren im Sand zeigen uns woher wir
kommen - aber nicht wohin wir gehen.

**Helpen Sie sich selbst –
Sie sind nicht allein!**

Sprechstunde:

jeden Dienstag von 15.00 – 17.00 Uhr
*Auf Wunsch sind auch individuelle
Terminabsprachen möglich.*

Ansprechpartnerin:

Sandra Südbeck-Flerlage

Ist es Ihnen nicht möglich zur Sprechstunde zu kommen, da Sie Ihren an
Demenz erkrankten Angehörigen nicht allein lassen wollen?

Kein Problem. Wir wollen Hilfesuchenden die Zugänglichkeit von Beratungen
erleichtern und bieten Ihnen auf Wunsch:

- Hausbesuche *oder*
- eine Betreuung der Demenzbetroffenen durch geschulte Demenzbegleiter
während der Beratung hier vor Ort an.

Wir freuen uns auf Ihre Fragen und Ihren Besuch.



**Diagnose:
Demenz**

• Beratung • Hilfe zur Selbsthilfe • Unterstützung • Information

*Wege zur Selbsthilfe im Umgang
mit Demenzerkrankungen*

Wege zur Selbsthilfe

Mehr als andere Erkrankungen konfrontiert die Demenz Betroffene und Angehörige mit Veränderungen, die nahezu alle Bereiche des alltäglichen Lebens betreffen. Die voranschreitende Orientierungslosigkeit spiegelt hierbei nicht nur ein Symptom der Demenz, sondern ebenso ein Gefühl der Begleiter wider. Viele fragen sich „Wie geht es weiter, wer kann mir helfen und welche Hilfsangebote bestehen in meinem Wohnort?“ Denn auf Dauer kann niemand ohne Unterstützung diesen Belastungen standhalten.

Wir möchten **Angehörige von demenzerkrankten Menschen** oder andere Interessierte umfassend und unabhängig über regionale, finanzielle, entlastende und rechtliche Hilfsangebote rund um das Thema Demenz informieren.

Unsere Ziele sind dabei:

- Unterstützung bei der Gründung von Selbsthilfegruppen
- Die Erkrankung Demenz in unserer Gesellschaft zu enttabuisieren
- Die Selbstständigkeit der Betroffenen zu fördern
- Die Unabhängigkeit und den Verbleib im häuslichen Umfeld so lange wie möglich zu erhalten
- Angehörige zu befähigen, die Pflege und Begleitung aktiv mit zu gestalten
- Für die Begleiter Auszeiten und Rückzugsmöglichkeiten zu schaffen
- Die Lebensqualität von Betroffenen und Angehörigen zu verbessern
- Vorhandene Versorgungsangebote bekannt zu machen und weiter auszubauen

In einem vertraulichen Gespräch erhalten Sie die Möglichkeit neben allgemeinen Informationen auch Ihre persönlichen Belastungen und Grenzen in der Pflegesituation zu beleuchten, um anschließend gemeinsam an Ihrem Bedarf ausgerichtete Hilfsangebote zu besprechen.

**Die Beratung ist für
alle kostenfrei!**

Was wir im Einzelnen bieten

Beratung bezüglich:

- der Gründung von Selbsthilfegruppen für pflegende Angehörige
- Diagnose, Krankheitsbild, Stadieneinteilung und Verlauf der Demenz
- Leistungen der Pflege- und Krankenkasse (z.B. Einstufungsverfahren, Übersicht der Pflegeleistungen und Höchstbeträge)
- Begutachtungsverfahren durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK)
- zusätzlichen Betreuungsleistungen nach SGB XI §45b des Pflegeleistungsergänzungsgesetzes
- niedrigschwelligen Hilfsangeboten (z.B. Hausnotrufsysteme, Essen auf Rädern)

Informationen zu folgenden Aspekten:

- Tipps zum Umgang mit Demenzkranken
- Maßnahmen bei Verhaltensstörungen oder –auffälligkeiten
- Hilfsmittel

- Schulungen
- Regionale Angebote und Hilfestrukturen:
 - *Selbsthilfegruppen*
 - *Ambulante Hilfen* (z.B. Einkaufsdienst, Fußpflege, Frisör)
 - *Entlastende Dienste* (z.B. Helferkreise, Betreuungsgruppen)
 - *Pflegedienste*
 - *Tages- und Nachtpflege*
 - *Betreutes Wohnen*
 - *Alten- und Pflegeheime*
- Fragen der Wohnraumanpassung
- Vorsorgevollmacht und gesetzliche Betreuung

Hilfe und Unterstützung bei:

- der Akzeptanz und Bewältigung einer Demenzerkrankung
- Fragen und Problemen mit der häuslichen Pflegesituation
- der individuellen Bedarfsplanung
- Entscheidungs- und Krisensituationen
- der Wohnumfeldverbesserung
- der Selbstpflege von Angehörigen
- der Gründung einer Selbsthilfegruppe