

PERSONEN MIT DEMENZ

Nicht vergessen - dazugehören



Pflegestützpunkt

Ostallgäu

Pflegeberatung
und -koordination



Sehr geehrte Ratsuchende, sehr geehrter Ratsuchender,

Demenz verändert das Leben – für Betroffene und Angehörige.

Mit der Diagnose kommen Ängste, Fragen und viele Herausforderungen.

Häufig tragen Angehörige die Hauptverantwortung in der Betreuung – eine Aufgabe die Kraft, Geduld und Wissen erfordert.

Doch: Ein gutes Miteinander ist möglich.

Mit der richtigen Unterstützung können Menschen mit Demenz selbstbestimmt leben – und Angehörige spürbar entlastet werden.

Wir stehen Ihnen mit Erfahrung und Fachwissen zur Seite.

Im Pflegestützpunkt Ostallgäu erhalten Sie Beratung rund um das Thema Pflege – umfassend, neutral und kostenfrei.

Pflegestützpunkt Ostallgäu
Landratsamt Ostallgäu
Schwabenstraße 11
87616 Marktoberdorf

Tel. 08342 911-511
pflegestuetzpunkt@lra-oal.bayern.de



Inhaltsverzeichnis

1.	Regionale Angebote und Anlaufstellen	1
2.	Früherkennung und Einschätzung von Gedächtnisveränderungen	3
3.	Weiterführende Diagnostik und Therapie	4
4.	Beratung und Unterstützung	6
5.	Frontotemporale Demenz	7
6.	Hilfreiche Informationen und Materialien	8

1. Regionale Angebote und Anlaufstellen

Fachstellen pflegende Angehörige

Die Fachstellen für pflegende Angehörige unterstützen Personen, die ihre Angehörigen im häuslichen Umfeld pflegen. Sie bieten individuelle Beratung und leisten psychosoziale Begleitung. Außerdem werden Nachbarschaftshilfen vermittelt und Beratungseinsätze durchgeführt. Diese Beratungseinsätze sind notwendig, wenn Menschen mit Pflegegrad 2 bis 5 Pflegegeld erhalten (§ 37 Abs. 3 SGB XI). Ziel ist es, pflegende Angehörige zu entlasten und die Organisation des Pflegealltags zu erleichtern.

Kontaktstellen Demenz und Pflege

Die Kontaktstellen für Demenz und Pflege bieten einen von den Pflegekassen anerkannten häuslichen Besuchsdienst sowie aufsuchende Beratungen an. Sie schulen Demenzbegleiter und pflegende Angehörige. Zusätzlich organisieren sie Vorträge zu Demenz, Pflege und Gesundheit.

Buchloe	Bayrisches Rotes Kreuz Ostallgäu Fachstelle für pflegende Angehörige Kontaktstelle für Demenz und Pflege	08342 / 96 69 43
Füssen	Bayrisches Rotes Kreuz Ostallgäu Fachstelle für pflegende Angehörige Kontaktstelle für Demenz und Pflege	08342 / 96 69 43
Lechbruck am See	Bürgerverein am Lech Kontaktstelle für Demenz und Pflege	08862 / 93 27 648
Marktoberdorf	Bayrisches Rotes Kreuz Ostallgäu Fachstelle für pflegende Angehörige Kontaktstelle für Demenz und Pflege	08342 / 96 69 43
Marktoberdorf	Kirchliche Sozialstation gGmbH Fachstelle für pflegende Angehörige	08342 / 98 447
Obergünzburg	Demenzhilfe Obergünzburg Kontaktstelle für Demenz und Pflege	08372 / 92 00 38
Roßhaupten	Mehrgenerationenhaus Roßhaupten Kontaktstelle für Demenz und Pflege	08367 / 91 21 421
Westendorf	WIR in Westendorf Kontaktstelle für Demenz und Pflege	08344 / 212

„Blaue Blume“ Schwaben gGmbH – Zentrum für seelische Gesundheit im Alter

Die „Blaue Blume“ in Kaufbeuren, gefördert vom Bezirk Schwaben, unterstützt psychisch erkrankte ältere Menschen beim Erhalt einer Tagesstruktur und fördert ihre Selbstständigkeit. Zudem bietet sie gezielte Entlastung für pflegende Angehörige.



Angebote:

- Gruppen- und Einzelangebote: Gymnastik und Bewegungsübungen, Gedächtnis- und Konzentrationstraining, gemeinsames Arbeiten am Computer, im Garten oder im kreativen Bereich und Gespräche zur Förderung der Gesundheit / des Wohlbefindens
- Beratungsangebote für pflegende Angehörige und Angehörigengruppen
- Früherkennung und Einschätzung von Gedächtnisveränderungen und seelischen Erkrankungen durch die gerontopsychiatrische Institutsambulanz Bezirkskrankenhaus Kaufbeuren
- Gemeinschaftliches Wohnen für vier ältere Menschen

Telefon: 08341 / 96 61 240

www.blaue-blume.de

Einrichtung Lebensfreude e.V.

Das Projekt „Lebensfreude“ in Marktoberdorf hilft ältere Menschen, möglichst selbstständig und zufrieden zu leben. Es richtet sich besonders an Seniorinnen und Senioren mit Demenz oder an Menschen, die sich einsam fühlen.



Angebote:

- Betroffene können sich in der Einrichtung treffen, sich austauschen und an gemeinsamen Aktivitäten teilnehmen
- Aktivierende Angebote wie MAKs®-Therapie und Musiktherapie
- Beratung für Betroffene und Angehörige

Telefon: 08342 / 89 57 890

www.lebensfreude-mod.de

Ostallgäuer Demenzkonzept „Einfach dazu gehören“

Demenz muss nicht mit Angst und Unsicherheit verbunden sein. Mit dem Ostallgäuer Demenzkonzept übernimmt der Landkreis Verantwortung und bietet praxisorientierte Empfehlungen. Viele Maßnahmen wie Schulungen und Betreuungsangebote sind bereits umgesetzt.



Weitere Informationen erhalten Sie bei der Demenzbeauftragten **Sandra Wieland**.

Telefon: 08342 / 91 16 24

www.sozialportal-ostallgaeu.de

Fachstelle Demenz und Pflege Schwaben

Die Fachstelle bietet Unterstützung für Menschen mit Hilfebedarf und deren Angehörigen bei Fragen zu Demenz und Angeboten zur Unterstützung im Alltag. Sie bietet kostenfreie Informationsveranstaltungen und informiert monatlich mit einem Newsletter.



Telefon: 0831 / 25 23 – 97 00

www.demenz-pflege-schwaben.de

2. Früherkennung und Einschätzung von Gedächtnisveränderungen

„Blaue Blume“ Schwaben gGmbH – Zentrum für seelische Gesundheit im Alter

Detaillierte Informationen über die „Blaue Blume“ finden Sie auf Seite 2.

Hat sich die Gedächtnisleistung meines Angehörigen verändert?

Ein wissenschaftlicher Online-Fragebogen hilft, frühe Anzeichen von Demenz zu erkennen. Ein Angehöriger beantwortet sieben Fragen zur Gedächtnisleistung. Anschließend folgt eine Auswertung und, ggf. eine Empfehlung über das weitere Vorgehen.



www.digidem-bayern.de

Memory Clinic Gedächtnissprechstunde zur Frühdiagnostik und Behandlung von Gedächtnisstörungen im Bezirkskrankenhaus Kempten

Gedächtnisprobleme können normale Alterserscheinungen sein, aber auch auf eine Erkrankung hinweisen. Eine frühzeitige Diagnose sowie eine gezielte Behandlung – zum Beispiel mit Medikamenten und speziellem Training – kann den Verlauf positiv beeinflussen.



In der Gedächtnissprechstunde wird eine umfassende Diagnostik mit verschiedenen Untersuchungen angeboten. Zudem gibt es Schulungen für Angehörige und Gedächtnistraining für Betroffene.

Telefon: 0831 / 54 026 - 28 50

www.bezirkskliniken-schwaben.de

3. Weiterführende Diagnostik und Therapie

Gerontopsychiatrische Ambulanz im Bezirkskrankenhaus Kaufbeuren

Die Gerontopsychiatrische Ambulanz bietet ambulante Behandlungen für psychisch erkrankte Personen ab 65 Jahren an.



Schwerpunkte sind demenzielle Erkrankungen, Depressionen, Angststörungen, Delir und Wahnerkrankungen. Zielgruppe sind Patienten mit chronischem Verlauf, eingeschränkter Selbstständigkeit und sozialem Rückzug.

Leistungen:

- Diagnostik und Therapiebeginn
- Hausbesuche sowie Einsätze in therapeutischen Einrichtungen, Alten- und Pflegeheimen
- Krisenintervention und befristete fachliche Nachsorge nach einem stationären Aufenthalt
- Pflegerische Unterstützung im Alltagstraining
- Sozialpädagogische Beratung bei Behördenkontakten und sozialen Anliegen
- Einbindung von Angehörigen und Bezugspersonen in den Behandlungsprozess
- Vermittlung geeigneter Altenhilfeangebote im regionalen Umfeld

Telefon: 08341 / 72 – 20 32 / 33 / 34

www.bezirkskliniken-schwaben.de

Stationäre Neuropsychiatrische Versorgung im Bezirkskrankenhaus Kaufbeuren

Die Neuropsychiatrie befasst sich mit psychischen Erkrankungen im Alter (ab 65 Jahren), wie Depressionen, Ängsten, Psychosen, Suchterkrankungen und neurodegenerativen Störungen wie Demenz.

bezirkskliniken
schwaben  mehr Nähe

Die Therapie berücksichtigt körperliche Begleiterkrankungen und altersbedingte Veränderungen, um Medikamente sicher anzuwenden.

www.bezirkskliniken-schwaben.de

4. Beratung und Unterstützung

Desideria Care e.V.

Unterstützt Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen durch Aufklärung, Beratung und Entlastungsangebote wie Selbsthilfegruppen und kreative Projekte.

Des'der'a

Eine kleine Auswahl der Angebote:

→ **Angehörigenseminare**

Die kostenlose Online-Seminarreihe vermittelt Angehörigen Wissen über Demenz. Demenzexperten leiten die Treffen und bieten Raum für Austausch, Fragen und Fallbeispiele.

→ **Angehörigengruppen**

Die monatlichen digitalen Gruppen werden von einem Familien-Coach geleitet und bieten Angehörigen einen geschützten Raum zum Austausch und gegenseitiger Unterstützung.

→ **Online-Demenzsprechstunde**

„Frag nach Demenz“ bietet eine kostenlose, anonyme Mail- und Chatberatung für alle, die von Demenz betroffen sind.

→ **Impulsworkshops**

Die Online-Veranstaltungsreihe richtet sich an An- und Zugehörige und vertieft Demenzwissen, mit praktischen Impulsen für den Alltag.

→ **Podcast**

Die Moderatorinnen teilen aus eigener Erfahrung und im Austausch mit Betroffenen und Experten Lösungsansätze und unkonventionelle Wege im Umgang mit Demenz.

→ **Erklärvideos – Demenz verstehen – Dr. Sarah Straub erklärt's**

In der 10-teiligen Videoreihe vermittelt Dr. Sarah Straub kurz und prägnant Expertenwissen zum Thema Demenz.

www.desideria.org

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.

Setzt sich ein für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen. Sie bietet Aufklärung, Beratung, Unterstützung und fördert Forschung.



Eine kleine Auswahl der Angebote:

→ **Demenz Wissen**

Informationen zu Demenzformen, Ursachen, Verläufen und Prävention. Altersgerechte Materialien für Kinder und Jugendliche sowie verständliche Antworten auf häufige Fragen.

Mit Demenz Leben – Erfahrungen und Tipps

Erfahrungsberichte von Angehörigen und Betroffenen, Alltagstipps, technische Hilfen, rechtliche Hinweise und Informationen zur Kommunikation.

→ **Unterstützung bei Demenz**

Entlastungsangebote, Seminare, E-Mail-Beratung sowie Foren für Austausch und Unterstützung.

→ **Alzheimer - Telefon**

Bundesweites Beratungsangebot für Menschen mit Demenz, für Angehörige sowie für alle, die sich beruflich oder ehrenamtlich engagieren.

Telefon: 030 / 25 93 79 514

www.deutsche-alzheimer.de

5. Frontotemporale Demenz

WohIBEDACHT – Beratungsstelle für seltene Demenzerkrankungen

Der Verein unterstützt Demenzkranke und ihre Familien in München mit Fortbildungen für Angehörige, Ehrenamtliche und Pflegekräfte. Zudem bietet er ein bundesweites Krisentelefon und eine kostenfreie Beratungsstelle für seltene Demenzformen.



www.wohlbedacht.de

Frontotemporale Demenz – Spezialsprechstunden Universitätsklinikum Ulm

Im Frühstadium ist die frontotemporale Demenz (FTD) schwer von anderen Erkrankungen zu unterscheiden. Eine umfassende Diagnostik ist notwendig, um andere Ursachen wie Alzheimer oder psychiatrische Störungen auszuschließen.



Ambulante und stationäre Angebote:

- Erst- und Zweitmeinung bei Verdacht auf FTD
- Genetische Beratung und Diagnostik bei familiärem Verdacht
- Ambulante Verlaufskontrollen bei gesicherter Diagnose
- Stationäre symptomatische Therapieoptimierung
- Sozialmedizinische Beratung
- Gesprächsgruppe für Angehörige; Telefon: 0731-500-63010
- Teilnahme an Therapie- und Beobachtungsstudien

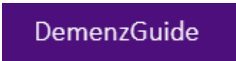
Telefon: 0731 / 500 – 63 003

www.uniklinik-ulm.de

6. Hilfreiche Informationen und Materialien

Kostenfreie DemenzGuide App

Die **DemenzGuide-App** der Erzdiözese München und Freising enthält Informationen zu demenzfreundlichen Orten, Alltagstipps, Hilfsangeboten und gibt spirituelle Impulse. Sie ist in drei Rubriken unterteilt und kann online heruntergeladen werden.



DemenzGuide

- „Wissen“ vermittelt kompakte Infos zu Begegnung, Verhalten und Alltagstipps.
- „Auszeit“ bietet besinnliche Audios zum Innehalten und Kraft schöpfen.
- „Zuspruch“ spendet Trost mit Zitaten und humorvollen Cartoons.

www.elkb.org

Die magische Welt von Alzheimer



30 Tipps, die das Leben mit Demenzkranken leichter und erfüllter machen

Autor: Huub Buijsen

Der Autor erklärt auf Basis jahrelanger Erfahrung, wie man mit Menschen mit Demenz eine positive Verbindung aufbaut und rätselhafte Verhaltensweisen versteht.

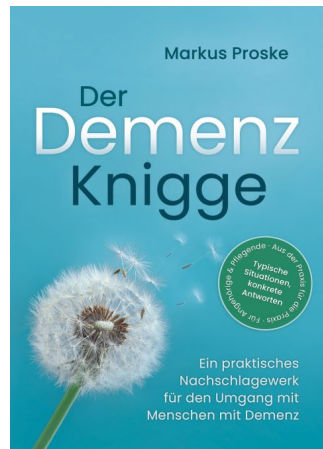
Der Demenz Knigge

Demenz-Ratgeber für den Alltag

Autor: Markus Proske

Der Demenz Knigge ist das Ergebnis der jahrelangen Praxis, des Autors, im Umgang mit Betroffenen, Angehörigen und Pflegepersonal.

Hier finden Sie auf Ihre Fragen Antworten, die sich tagtäglich bewähren. Sie sollen sowohl den betroffenen Menschen als auch Ihnen das Leben erleichtern.



Herausgeber:

Pflegestützpunkt Ostallgäu
Landratsamt Ostallgäu
Schwabenstraße 11
87616 Marktoberdorf

Telefon: 08342 / 911-511

E-mail: pflegestuetzpunkt@lra-oal.bayern.de

www.sozialportal-ostallgaeu.de/pflegestuetzpunkt