

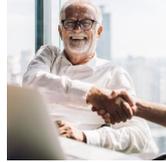
Themen in diesem Newsletter



Demenz



weitere Informationen



Beratung in der
Pflege



Angebote zur
Unterstützung im
Alltag



Informationen aus Ihrer Fachstelle für Demenz und Pflege Niederbayern

Liebe Leserinnen und Leser,

dies ist der vierte und letzte Newsletter in 2023. Rückwirkend betrachtet vergehen 12 Monate wie im Flug. Andererseits empfindet man manche Tage als nie endend. Alles in allem betrachtet hatten wir ein buntgemischtes, informatives und schönes Jahr, mit vielen Marmeladenglasmomenten. Jetzt werden Sie sich bestimmt fragen: was sind denn Marmeladenglasmomente? Das kann ein Moment sein, der so schön ist, dass Sie ihn am liebsten für immer festhalten und einfangen möchte. Dies sind Momente, die besonders zu Herzen gehen und die positive Erinnerungen hervorrufen. Dies können auch einfache Erlebnisse sein wie ein Herbstspaziergang, ein Besuch im Lieblingscafé, ein Lagerfeuer mit der Familie, Füße den Sand berühren oder eine liebevolle Umarmung. Einfache Momente können oft besonders süß und wertvoll sein. Wie schön wäre es, diese Momente in ein Marmeladenglas einzuschließen. Diese Idee von einem Glas voller positiver Erinnerungen ist eine schöne Vorstellung. Es ist immer da, wenn es gebraucht wird. In einem Marmeladenglas können Notizzettel, Gedichte, Briefe, Tickets, Eintrittskarten, Steine oder Blätter von besonderen Orten aufgehoben werden. All diese Dinge finden in einem Marmeladenglas Platz.

Schenken Sie doch an Weihnachten ein Marmeladenglas. Es wird nicht viel benötigt, außer eventuell etwas Fantasie beim verzieren.

- leeres Marmeladenglas oder auch Einweckglas
- Stift oder Buntstifte
- Zettel für Notizen

Und an Silvester 2024 nimmt man sein Glas und ruft sich all die schönen Erinnerungen zurück ins Gedächtnis, die höchstwahrscheinlich bei all dem Stress unter dem Jahr schon wieder vergessen waren. Man wird überrascht sein, wie viel positive Momente zusammenkommen.

Wussten Sie, das es bedauerlicherweise Fakt ist, dass Menschen sich negative Erlebnisse besser einprägen als positive Erfahrungen. Das Aufschreiben oder Aufmalen der positiven Ereignisse hilft dabei, die Sicht auf das eigene Leben zu verbessern und so insgesamt mehr Lebensfreude und Dankbarkeit zu spüren.

Ihr Team der regionalen Fachstelle in Niederbayern





Bademantelchallenge

Die Bundesweite Aktion, eine Initiative der „Deutschen Demenzhilfe“, wollte ein Zeichen der Solidarität setzen für Menschen mit Demenz und deren Angehörigen und warb um Spenden zur Demenzforschung. Die Zahl mit Demenz Alzheimer oder einer anderen Form der Demenz lebenden Menschen in Deutschland steigt tendenziell jährlich. Um auf Mit dem diese dramatische Situation aufmerksam zu machen, entstand die #bademantelchallenge. Der Bademantel soll die Öffentlichkeit als Symbol auf diese dramatische Situation aufmerksam machen. Die Kampagne des Stiftungsfonds „Deutsche Demenzhilfe“ appelliert an alle, sich in der Öffentlichkeit und an ungewöhnlichen Orten im Bademantel zu fotografieren, dieses Bild per Social Media zu teilen und andere zu nominieren, an der Aktion mitzumachen.

Beispielhaft setzte Dienstleistungen Resch aus Beutelsbach die Aktion um und gaben dem Thema Demenz eine öffentliche Bühne. Denn immer noch verschweige viele Menschen ihre Erkrankung in der Öffentlichkeit. Dies soll sich mit dieser und hoffentlich vielen weiteren Aktionen ändern.



Dienstleistungen
Resch

#Bademantelchallenge

GEGEN DAS VERGESSEN

Demenzranke nicht vergessen, ihren Angehörigen
helfen, Aufmerksamkeit schaffen!



Dienstleistungen
Resch

#Bademantelchallenge

wenn die fotografierende Fotografin fotografiert wird



Webinar „Young Carer in Niederbayern – Erkennen und Unterstützen“

Am 29.11.2023 fand unsere erste Onlineveranstaltung zum Thema „Young Carer in Niederbayern“ statt. Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen setzten sich überwiegend aus Schulgemeinschaft, Jugendhilfe, Pflegekassen und Fachstellen für pflegende Angehörige aus ganz Niederbayern zusammen.

Die Ziele der Veranstaltung waren es zum Thema zu sensibilisieren, auf Bezirksebene die Bedarfe der einzelnen Berufsgruppen zu erkunden und ggf. eine kooperative regionale Vernetzung anzubahnen.

Frau Limmer, Leitung der Fachstelle für Demenz und Pflege Niederbayern führte in die Veranstaltung ein. Sie hob dabei den Bezug des Themas in Niederbayern zu den bereits vorangegangenen bayernweiten Aktivitäten hervor.

Frau Myllymäki, von der Fachstelle Demenz und Pflege Niederbayern, fasste die wissenschaftlichen Aspekte dieser unsichtbaren Gruppe von pflegenden und sorgenden Kindern in ihrer inhaltlichen Einführung zusammen. Mit einer familiären Sorgerolle eines Kindes verschiebt sich meist auch die Rollenverteilung in den Familien. Die Eltern können oft vor dem Hintergrund der Pflege und Versorgung eines Familienmitglieds ihren elterlichen Pflichten gegenüber den Kindern nicht in der Art nachgehen, wie es üblicherweise erwartbar wäre. Kinder werden zum Mitversorger oder manchmal sogar zur einzigen Sorgeperson in der Familie. Sie können in dieser nicht-altersgemäßen familiären Verantwortung wachsen, aber auch zunehmende Belastungen erleben, die nachhaltig negativ wirken können. Der Familienalltag bindet sie zeitlich ein und es bleibt weniger Zeit für den normalen kindlichen Alltag in der Schule oder für Peers.

Rechnerisch gesehen sind zwei Kinder einer Klasse mit der häuslichen Sorgearbeit in ihrer Freizeit verbunden. Eine langandauernde Sorgearbeit hat auch nicht selten Auswirkungen auf die schulischen Leistungen und das kindliche Freizeitverhalten. Einer Schule, als der zentrale Ort im Alltag der Kinder, kommt hierbei unweigerlich eine wichtige Rolle zu.

Die sorgenden und belasteten Kinder zu identifizieren und ihnen Hilfen zukommen zu lassen ist auch der Wunsch von Beratungslehrkräften, wie **Frau Kolmeder** von der staatlichen Schulberatungsstelle für Niederbayern in ihrem Beitrag formulierte. Die Schulen haben die Aufgabe diese Kinder schulisch zu unterstützen und sie in ihrer Identitätsbildung zu stärken. Frau Kolmeder berichtete über die Struktur der Beratungslehrkräfte und Fachbetreuer in der Region und wünschte sich zugleich mehr Aufmerksamkeit von den Schnittstellen zur Jugendhilfe. Die Beratungslehrkräfte sind in den Klassen niederschwellige Ansprechpartner für alle Kinder. Frau Kolmeder sieht den Bedarf „mehr zu tun“ für Young Carers und wünscht sich dazu lokale Kontakte und Netzwerke, die die Arbeit von Beratungslehrkräften unterstützen können. Die Notwendigkeit der Vernetzung mit anderen Stellen, z.B. in Dienstbesprechungen zu Zeiten, in denen auch Schulpersonal teilnehmen kann, waren ihre konkreten Wünsche. Sie sprach zudem die zentrale Rolle der Ärzte in diesem Zusammenhang an.

Frau Lange berichtete anschließend aus ihrem Alltag der Schulsozialarbeit im Landkreis Straubing-Bogen und dabei über den langandauernden Beziehungs- und Vertrauensaufbau, den gerade diese Kinder brauchen um sich zu öffnen: „Bis sie sich öffnen können, vergehen manchmal Jahre“. Sie sieht diese Kinder in drei Gruppen: Zum einen gibt es diejenigen, die schon in den Familien gelernt haben über Belastungen zu sprechen. Diese Kinder sind vergleichsweise gut zu erreichen. Die zweite Gruppe der Kinder sind diejenigen, die sehr lange unsichtbar agieren und auch nicht wollen, dass die Schulsozialarbeit mit den Eltern Kontakt aufnimmt. Oft gehe dies bis zu dem Punkt, an dem die schulischen Leistungen oder der schulische Alltag nicht mehr funktioniert, oder das Kind selbst Krankheits- und Belastungssymptome zeigt. Die dritte Gruppe seien die Kinder, „bei denen oft Grenzüberschreitungen von den normalen Erlebnisswelten der Kinder stattfinden, und es u.U. sogar zu Selbstgefährdung durch die Sorgearbeit kommen könne“. Oft verweigern beide, diese Kinder aber auch deren Familien,



darüber zu sprechen, wie der häusliche Alltag läuft. Hier ist es dann oft unmöglich mit Mitteln der Schulsozialarbeit gemeinsam über Auswege aus der Situation zu diskutieren.

Die Schulsozialarbeit sieht sich u.a. als Mediator und Vermittler zwischen den schulischen Interessen und den Interessen der Kinder und den Familien. Frau Lange erwähnte auch die problematische Grenze zur Kinderwohlgefährdung. Hier wünsche sie sich einen offeneren Umgang mit der Problematik bzgl. der sog. „§8a SGB XVIII Meldungen“.

Ein weiteres Beispiel bezog sich auf die Familien, die einen unterschiedlichen kulturellen Hintergrund haben. Sie haben ein anderes Verständnis von Zusammenhalt, individuellen Wünschen und familiären Pflichten. Viele diese Kinder erleben hier selbst Diskrepanz zwischen den Erwartungen der Gesellschaft, der Schulen und der ihrer Elternhäuser.

Herr Weindl vom Jugendamt des Landkreises Rottal-Inn erörterte die gesetzlichen Vorgaben für die kommunalen Aufgaben der Jugendarbeit und -hilfe, und wie die Zugänge zu den Dienstleistungen geregelt sind. Er unterteilte die Hilfen in unterstützende, ergänzende und ersetzende Hilfen für Familien in Belastungs- und Krisensituationen. In Niederbayern gibt es 193 Einsatzorte für Jugendsozialarbeit, jeder Landkreis und jede kreisfreie Stadt sind vertreten. Ein besonders niederschwelliges Angebot für Familien stellen die Erziehungsberatungsstellen dar, deren Anzahl gerade durch die Förderung in Bayern stark angestiegen ist.

Frau Aschenbrenner vom Pflegestützpunkt Region Landshut (Stadt und Landkreis) berichtete wirkungsvoll von drei ihrer Beratungsfälle, die alle ein deutliches Augenmerk auf die schwierigen Schnittstellen zwischen Leistungserbringern in der Pflege und Leistungserbringern in den Schulen und dem Jugendbereich hervorhoben. Zu diesem Zeitpunkt hatte der Pflegestützpunkt seinen Arbeitsauftrag professionell beendet und konnte nicht mehr für die Familien weiterwirken. Es fanden sich keine adäquate Nachsorgestellen, die den Ball übernommen hätten. In allen diesen Fällen blieben die Kinder in den Familien mit ihrer familiären Pflegesituation weitgehend unberücksichtigt. „Mir blieb die Sorge um diese Kinder und der Familie“, formulierte sie. Frau Aschenbrenner führte weiter aus, dass der Pflegestützpunkt gerade durch ihre Möglichkeiten und den Auftrag Hausbesuche zu machen, deutlich die Familien identifizieren kann, wo Kinder in die Pflege- und Sorgearbeit eingebunden sind. Für die weitere Nachsorgearbeit brauche der Pflegestützpunkt dann aber Akteure aus allen zuständigen Bereichen.

Insgesamt wurde deutlich, dass die Erfahrungen und Entwicklungswege von Young Carers verschieden sind. Jedoch sollten wir alle den Mut haben hinzuschauen, um diese Kinder und Jugendliche zu identifizieren. Die Fachstelle für Demenz und Pflege Niederbayern bietet hier eine Plattform für die Netzwerk-Entstehung an, um in Niederbayern bei der Weiterentwicklung für entstehende Fragen aufbauen.

In der Veranstaltung wurden auch bereits vorhandene Online-Anlaufstellen und Angebote für die betroffenen Kinder erwähnt, die wir hier zusammenfassen:

www.young-carers.de
www.pausentaste.de
www.echt-unersetzlich.de
www.desideriacare.de/demenz-buddies
www.nummergegenkummer.de
www.andeinenseite-stiftung.org



Fehl- und Mangelernährung bei Menschen im Alter mit oder ohne Demenz

– auch um Weihnachten ein Thema

Mit dem Essen verbinden wir gerne Genussmomente und Lebensqualität gerade jetzt in der Weihnachtszeit. Es schmeckt oft dann am besten, wenn man das eigene Liebessessen mit Freunden und Familie genießen kann. Für Menschen über 60 – so sagen Studien - ist der Aspekt „gesundes Essen“ zudem besonders wichtig.

Tatsache ist, die Ernährungsgewohnheiten der Deutschen haben sich zum Positiven geändert. Aber leider nicht bei Allen. Es gibt weiterhin eine Gruppe von Menschen, die mit dem Essen all diese schönen Aspekte nicht verbindet: weder Genuss, Sozialkontakte noch gesundes Essen. Alleinlebende Hochbetagte sind durch Mangel- oder Fehlernährung in ihrer Gesundheit beeinträchtigt. Auch Menschen mit Demenz sind häufig davon betroffen.

Zu der Inzidenz der Mangelernährung im Alter liegen keine gesicherten Daten vor, aber die Schätzungen besagen, dass in Deutschland etwa 1,3 Millionen der ca. 25 Millionen über 60-Jährigen unter sogenannter Malnutrition leiden. Die Häufigkeit der Mangelernährung nimmt mit steigendem Alter zu.

Die aktuellen DGEM-Zahlen (Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin) machen das Problem aus einer anderen Perspektive deutlich: 20-60% aller Klinik-Patienten in Deutschland sind von Mangelernährung und damit von einer schlechten Genesungsprognose betroffen. Bei Hochaltrigen war es bereits 2007 jeder dritte Klinik-Patient über 75 Jahre (laut ErnSTES-Studie). Die damals gerechneten Kosten für das Gesundheitswesen, von 9 Milliarden Euro pro Jahr, dürften vor den Hintergrund der demographischen Entwicklung bis heute um vielfaches erhöht haben.

Gerade im häuslichen Setting wird bei älteren Pflegebedürftigen oft das Problem übersehen. Wer nicht mehr selbst einkaufen oder kochen kann, braucht regelmäßige Hilfe. Wer diese kontinuierliche Hilfe nicht erhält oder ablehnt, läuft Gefahr, dass der Gesundheitszustand sich schnell verschlechtert und die Komplikationsrate bei Genesung deutlich steigt. Mangelernährung ist ein ernstzunehmendes Problem, das die Lebensqualität und Gesundheit von vielen Menschen – vor allem mit Demenz – stark beeinträchtigt und das Leben verkürzt.

Die DEGEM hat sich verstärkt die Aufklärung über Mangelernährung und ihren schwerwiegenden Folgen auseinandergesetzt. Nicht nur alle Krankenhäuser sind aufgefordert für mehr Ernährungskompetenz zu sorgen, und damit ihre Versorgung zu verbessern. Überall dort wo eine individuelle Ernährungstherapie umgesetzt wird, haben sich Funktionalität und Lebensqualität bei den Betroffenen verbessert. Diese Maßnahmen verkürzen die Liegezeiten der Betroffenen auch in Kliniken, was positiv zu bewerten ist. Sie führen jedoch nicht dazu, dass ein lückenloser Übergang in eine Ernährungstherapie im nachfolgenden Versorgungssetting sichergestellt ist.

Somit braucht der ambulante Sektor einen noch tieferen und breiteren Fokus auf das Ernährungsthema im Alter. Im ambulanten Setting braucht es nach Prof. Nina Kaegi-Braun mehr Ernährungswissen für medizinische und pflegerische Berufe. Es gehört der Hausarzt dazu, wie auch alle privaten und professionellen Netzwerke, die Menschen mit Pflegebedarf in der Häuslichkeit versorgen. Alle, die z.B. zuverlässig beim Einkauf unterstützen, können einen Teil des Netzwerks bilden, können in die Lage versetzt werden, aus dem Essen ein soziales Miteinander zu machen. Gerade bei der psychisch bedingte Mangelernährung, die mit Einsamkeit einhergeht, können auch ehrenamtliche Helfer/innen mithelfen.

Defizite bei der Ernährung bedeuten, dass die Mahlzeiten nicht ausgewogen sind, um den Nährstoffbedarf ausreichend zu decken. Oft beginnt es damit, dass man nicht mehr selbst einkaufen und das Essen zubereiten kann. Oder dass die Rente neben Miete und Heizkosten nicht ausreicht, um gute Nahrungsmittel zu kaufen. Ältere, die von der Grundsicherung leben, haben lediglich 150,- Euro im Regelbedarf für die kompletten Lebensmittelausgaben im Monat zur Verfügung. Das sind fünf Euro am Tag für sämtliche Mahlzeiten und Getränke.



Was sind die Symptome von Mangelernährung bei Älteren? Ungewollter Gewichtsverlust, Appetitlosigkeit, Verlust von Muskelkraft, Abwehrschwäche ggü. Infektionen oder eingeschränkte körperliche Leistungsfähigkeit sind deutliche Zeichen einer Mangelernährung. Es können aber auch Symptome wie Stimmungsschwankungen, Schwächegefühl, Müdigkeit, Antriebslosigkeit, Kreislaufprobleme, aber auch verminderte Konzentrationsfähigkeit oder Kopfschmerzen auf eine Mangelernährung hindeuten.

Somit geht es darum in erster Linie darum kalorienreiche und nährstoffdichte Lebensmittel (z.B. Nüsse, Trockenfrüchte, fettfreie Milch, Kakaotränke sowie Fleisch und Wurstwaren) bereit zu stellen. Aber auch die sozioökonomische und psychische Unterstützung hilft den Betroffenen.

Ein Individuum-Orientiertes Ernährungsplan in der Häuslichkeit schaut nicht nur gelegentlich was Gutes auf den Teller des alten Menschen mit oder ohne Demenz kommt, sondern sorgt auch dafür, dass das Essen wieder ein Genuss und ein Baustein von Lebensqualität wird.

Sind wir mit unseren Angeboten z.B. innerhalb der AUA dafür im Jahr 2024 gut vorbereitet?

J. Myllymäki

van Vliet IMY, Gomes-Neto AW, de Jong MFC, Jager-Wittenaar H, Navis GJ (2020) High prevalence of malnutrition both on hospital admission and predischARGE. *Nutrition* 77:110814

van Bokhorst-de van der Schueren MA, Lonterman-Monasch S, de Vries OJ, Danner SA, Kramer MH, Muller M (2013) Prevalence and determinants for malnutrition in geriatric outpatients. *Clin Nutr* 32(6):1007–1011

➡ Falls Sie sich für dieses Thema in Ihrem Landkreis interessieren, gibt es hierfür die Angebote des AELF Generation55plus. Hier zu haben wir Ihnen einen Infolyer beigefügt.





Angebote zur Unterstützung im Alltag

©Straubinger Tagblatt

Orientierung im Informations-Dschungel

Gesprächskreise für pflegende Angehörige: Das ist den beiden Leiterinnen wichtig

Von Antonia Gönczi

Landau. Wenn jemand in der Familie gepflegt werden muss, kann es gut tun, sich mit anderen auszutauschen. Eine Möglichkeit dazu bieten die Gesprächskreise für pflegende Angehörige der Caritas Landau und der unabhängigen Runde, die auf dem Erlebnisbauernhof Weber Fünf in Falkenberg zusammenkommt. Die Redaktion hat sich mit den Leiterinnen Barbara Mittnacht und Anna Berlinger getroffen und darüber gesprochen, warum es auch besetzend sein kann, sich um ein krankes Familienmitglied zu kümmern, welche Themen Betroffene besonders interessieren und weshalb der Personalnotstand in der Pflegebranche nicht an der Bezahlung liegt.

Im Juli hatte Barbara Mittnacht die Fachstelle für pflegende Angehörige der Caritas und den Treffpunkt von Anna Berlinger übernommen. Letztere arbeitet nun bei Gemeindecasitas im Dekanat Pfarrkirchen und trat im Oktober die Nachfolge von Annemarie Hecker an, die den nicht an einen Träger gebundenen Gesprächskreis im Landkreis Rottal-Inn im März 2022 gegründet hatte.

Teilnehmer sollen auf andere Gedanken kommen

Wie Mittnacht betont, ist ihr wichtig, dass jedes Gruppentreffen unter anderem ein Thema steht, um für Abwechslung zu sorgen. Zumal sich am Anfang – bisher gab es erst drei Treffen unter ihrer Leitung – noch keine feste Gruppe gebildet habe und es so schwer sein könne, ins Gespräch zu kommen. Auf der Agenda der Landauerin stehen zum Beispiel Themen wie Vorsorgevollmacht, Demenz oder Kurzzeitpflege, wobei sie zu den Treffen auch Experten einlädt. Was man im nächsten Jahr machen wolle, darüber werde man noch sprechen.

Auch gemeinsame Aktivitäten könne man unternehmen, wie Berlinger vorschlägt. „Es wird Wert darauf gelegt, dass die Treffen nicht immer etwas mit Pflege zu tun haben. Außerdem sind die Angehörigen die Experten in diesem Bereich, da können wir viel erzählen. Die Teilnehmer sollen das Thema auch einmal vergessen. Wir wollen zu Weihnachten basteln – im Sommer ist geplant, eine Sonnenwendfeier zu veranstalten.“

Viele wissen nicht, dass es die Fachstelle gibt

Was bereits großen Zuspruch erfahren habe, sei die Berücksichtigung der barrierefreien Musterwohnung. „Das ist Glücksfall in Landau“, so Berlinger. „Leider ist sie nicht mehr in meiner Zeit hier fertig geworden. Darauf habe ich gewartet“, sagt die Simbacherin und lacht. Auch Mittnacht zeigt sich begeistert: „Es sind die Kleinigkeiten: Zum Beispiel, wenn man sieht, oh, den Duschgriff kann man finanzieren lassen“, so die 50-Jährige. Was die Informationslage betrifft, sehen sich pflegende Angehörige oft mit Schwierigkeiten konfrontiert. „Ich habe es so erlebt, dass es tausend verschiedene Fachstellen gibt und man sich die Infos erst zusammensuchen muss. Für junge Menschen – zum Beispiel die Schwiegertochter, die ihren Schwiegervater pflegt – ist das kein Problem, da sie sich im Internet informieren. Aber viele pflegen ihren Partner und sind selbst über 60. Es gibt welche, die sagen, damit kenne ich mich nicht aus“, erzählt Berlinger. Für jene sei es besonders hilfreich, sich im Gesprächskreis austauschen zu können.

Viele Angehörige würden zudem nicht wissen, dass sie sich zur Beratung an die Caritas und die Fachstelle für pflegende Angehörige wenden können, sagt Mittnacht.



Besonders die Themen Vorsorgevollmacht und Barrierefreiheit interessieren Menschen, die Familienmitglieder pflegen, sagen die Sozialpädagoginnen Anna Berlinger (v.l.) und Barbara Mittnacht

Dass man dafür weder Mitglied im Verband noch Kirchenmitglied sein oder etwas bezahlen muss, Sorge bei den meisten Menschen für Ersttaunen. „Viele sorgen sich, ob wir schon Gehalt bekommen“, sagt Mittnacht und schmunzelt.

In Sachen Pflege gebe es einige Vorurteile, so Berlinger. Dabei könne es durchaus bereichernd sein, sich um einen Angehörigen zu kümmern. „In unserer Gruppe habe ich noch nicht viel von Leuten gehört, die über die Belastung der Pflege reden. Manche bringen ihre Angehörigen zu den Treffen mit. Ich stelle fest, dass einige aus der Landwirtschaft kommen, das ist noch ein bisschen eine andere Welt. Da gibt es ganz klassische Übergabeverträge, die vorsehen, dass die alten Familienangehörigen auf dem Hof bleiben und gepflegt werden.“

Die 56-Jährige berichtet von einem Fall, in dem eine Tochter sich ihrer demenzkranken Mutter annahm. „Die Leute haben gesagt, das wird ganz schlimm.“ Dem sei aber nicht so gewesen. Pflege sei ein belastender Job, es komme aber auch auf die innere Haltung an. Natürlich dürfe man dabei nicht vergessen, dass nicht jeder die Option hat, seinen Arbeitsplatz zu kündigen und sich ganz auf die Pflege zu fokussieren. „Das muss man sich leisten können“, bekräftigt Mittnacht. „Falls man alleine ist, geht es nicht.

Außerdem kann man nicht mehr einfach zurück, wenn der Angehörige verstirbt.“ Ungerecht finden die beiden Sozialpädagoginnen, dass es zwar drei Jahre Elternzeit, jedoch keine „Oma-Zeit“ für die Pflege gebe.

Schade sei überdies, dass es in der Theorie viele Angebote und Möglichkeiten für pflegende Angehörige gebe, dies aber in der Praxis nicht umgesetzt werden könne. Schwierig sei beispielsweise das Finden von Kurzzeitpflegeplätzen vor allem in Altenheimen. „Das ist eine Katastrophe – überall“, betont Berlinger. Vor allem, wenn eine Person, beispielsweise durch einen Schlaganfall, pflegebedürftig werde, falle so die Zeit für Angehörige weg, sich auf die neue Lebenssituation vorzubereiten.

Liegt Personalnot in der Pflegebranche am Geld?

Zurückzuführen sei dies auf den Personalmangel in der Pflegebranche. Dieser liege jedoch nicht am Geld, sind sich Berlinger und Mittnacht einig. „Es sind die Rahmenbedingungen. Ich kann mich nicht darauf verlassen, dass ich wirklich frei habe, wenn ich frei habe, und nicht noch einspringen muss. Weil es so wenig Personal gibt, ist der Stress in der Arbeit groß und das Freizeitleben ist wegen vieler Un-

wägbarkeiten schlecht planbar“, sagt Mittnacht.

„Das kann ich bestätigen. Am Geld liegt es schon lange nicht mehr: Es fehlen innovative Konzepte. Außerdem glaube ich, man braucht positive Vorbilder“, so Berlinger. „Es wird so viel schlecht geredet, dabei ist es durchaus eine bereichernde Arbeit. Ich habe während des Studiums im Altenheim gearbeitet und es war schön“, ergänzt Mittnacht. Dass sie ihre berufliche Zukunft im sozialen Bereich sehen, sei für sie früh klar gewesen, betonen Mittnacht und Berlinger.

Soziale Arbeit als abwechslungsreicher Beruf

Erstere war nach dem Studium zunächst in einem Heim für schwer erziehbare Jugendliche tätig und arbeitete, bevor sie zur Caritas kam, 20 Jahre in einer Werkstatt mit Menschen mit Behinderung zusammen. „Das Schöne an der sozialen Arbeit ist, dass sie so abwechslungsreich ist“, betont Mittnacht. Zwischenzeitlich studierte die 50-Jährige zudem Caritaswissenschaft und angewandte Theologie in Passau. „Ich wollte zu einem christlichen Träger.“ Für sie spiele der Glaube auch privat eine große Rolle, betont die Landauerin. Im Juli übernahm sie überdies den Vorsitz der Kolpingfamilie in der Bergstadt.

Auch Berlinger engagierte sich in der Kirche und setzte ihren beruflichen Schwerpunkt zunächst in der (internationalen) Jugendarbeit. In München vermittelte sie unter anderem 17 Jahre lang Au-pairs ins In- und Ausland, bevor sie ins Alten- und Servicezentrum beziehungsweise ins Soziale Referat wechselte und schließlich nach Niederbayern zurückkehrte.

Informationen für Interessierte

Die Termine für die Treffen des Gesprächskreises für pflegende Angehörige der Caritas Landau werden in der Tageszeitung bekannt gegeben. Wer sich anmelden möchte oder Fragen zum Thema hat, kann Barbara Mittnacht unter der Telefonnummer 09951/98510 oder per E-Mail an fpa@caritas-landau.de erreichen. Die Kontaktaufnahme zu Anna Berlinger ist mobil unter 0151/53323015 und per Mail an anna.berlinger@caritas-passau.de möglich.



In der Theorie gebe es viele Angebote und Möglichkeiten für pflegende Angehörige, in der Praxis könnten die aber häufig nicht umgesetzt werden, bedauern die Gesprächskreisleiterinnen.

Symbolfoto: Angelika Warmuth/vpa



Weitere Informationen

Angebot des Forschungsprojektes [digiDEM Bayern](#)

Gerne würde wir Sie noch auf ein Angebot des Forschungsprojektes [digiDEM Bayern](#) aufmerksam machen. Das Anliegen der Demenz-Forscher*innen ist es, über aktuelle Neuigkeiten aus der nationalen und internationalen Demenzforschung zu informieren. digiDEM Bayern möchte dazu beitragen, die Krankheit zu entstigmatisieren und die Früherkennung von Demenz zu fördern.

In ihrem Newsletter und den Webinaren stellen sie kurz und bündig unterschiedlichste Themenaspekte vor, zum Beispiel vermeidbare Risikofaktoren, Therapieformen und Umgang mit der Erkrankung. Alle Informationen sind dabei geprüft und wissenschaftlich untermauert.

Beide digitale Angebote vermitteln wertvolle Tipps und fundiertes Demenz-Wissen. Der Newsletter erscheint regelmäßig einmal im Monat und ist kostenfrei. Wer den Newsletter abonniert, erfährt auch Neues zu den digiDEM Bayern-Webinaren. Einmal im Monat referieren hochkarätige Wissenschaftler*innen und erfahrene Expert*innen aus der Praxis live über Themen, die für Betroffene und Pflegenden von Bedeutung sind.

Hier können Sie sich für den Newsletter anmelden: <https://digidem-bayern.de/newsletter/>

Online-Demenzsprechstunde von Desideria Care e.V.

Gerne würden wir Sie auf die Online-Demenzsprechstunde von Desideria Care e.V. aufmerksam machen. Ein interdisziplinäres Experten-Team berät individuell per Mail- und Live-Chat: rund um die Uhr, kostenlos und anonym. Die Beratungsplattform ist für alle, die direkt oder indirekt von Demenz betroffen sind. Die kostenfreie Mail- und Chatberatung Frag nach Demenz ist eine erste, niederschwellige Hilfestellung für Ratsuchende. Ziel ist, sie zu motivieren, sich mit der Krankheit aktiv auseinanderzusetzen. Ihnen relevantes Wissen zu vermitteln. Sie an die bestehenden Beratungs- und Versorgungsangebote weiter zu vermitteln. Das heißt auch, auf die Wichtigkeit einer differenzierten Diagnostik außerhalb des hausärztlichen Settings hinzuweisen und nächste sinnvolle Schritte zur Betreuung und Versorgung des Menschen mit Demenz aufzuzeigen.

Und so funktioniert:

Über die Seite <https://desideriacare.de/frag-nach-demenz> können Sie entweder Ihr Anliegen schriftlich an das Experten-Team der Online-Demenzsprechstunde richten. Ihre Frage wird innerhalb von 48 Stunden beantwortet. Oder Sie stellen Ihre Fragen und Anliegen im Livechat und können diese im direkten schriftlichen Austausch klären. Die Live-Chat-Termine werden bewusst am Abend und am Wochenende angeboten, damit auch Berufstätige das Angebot nutzen können. Termine können dienstags und donnerstags zwischen 19 und 21 Uhr und samstags zwischen 10 und 12 Uhr gebucht werden.

Das interdisziplinäre Experten-Team der Online-Demenzsprechstunde besteht aus Psycholog*innen, Mediziner*innen der Fachbereiche Neuropsychologie, Gerontologie und Neurologie, sowie Sozialberater*innen. Alle Expert*innen haben langjährige Erfahrung im Bereich Demenz und sind zur Verschwiegenheit verpflichtet. Das Team wird geleitet von Dr. Sarah Straub. Sie ist promovierte Neuropsychologin, forscht am Universitätsklinikum Ulm zum Thema Demenz und leitet eine Spezialsprechstunde für frontotemporale Demenz.



Weitere Informationen

Das Jahr neigt sich dem Ende zu und auch wir nutzen die besinnlichen Tage als Gelegenheit, ein wenig Urlaub zu machen.

In der Zeit vom **24.12.2023** bis zum **01.01.2024**
ist die Fachstelle geschlossen.
Ab **02.01.2024**

stehen wir mit frischen Kräften wieder zu Ihrer Verfügung.



Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege gefördert. Dieses Projekt wird aus Mitteln der Arbeitsgemeinschaft der Pflegekassen in Bayern und der Privaten Pflegepflichtversicherung gefördert.

Projekträger:



Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit, Pflege und Prävention



info@demenz-pflege-niederbayern.de

Bahnhofplatz 1a
84032 Landshut
Telefon 0871/96367-156

www.demenz-pflege-niederbayern.de

Trotz sorgfältiger Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

Träger der Fachstelle für Demenz und Pflege Bayern ist die Freie Wohlfahrtspflege Landesarbeitsgemeinschaft Bayern.

Bildnachweis: Pixabay, Straubinger Anzeiger, canva,