

Informatives aus der Fachstelle für Demenz und Pflege Niederbayern

AUSGABE 02/2022

JULI 2022

## Themen in diesem Newsletter



Demenz



weitere Informationen



Angebote zur  
Unterstützung im  
Alltag



## Informationen aus Ihrer Fachstelle für Demenz und Pflege Niederbayern

Liebe Leserinnen und Leser,

der Sommer präsentiert sich von seiner besten Seite und wir genießen alle die gemeinsame unbeschwerte Zeit. Neben all den Festen und Feiern, finden seit kurzem wieder Veranstaltungen in Präsenz statt. So schön normal wie es endlich wieder ist, unser Leben; so anstrengend ist es für Geist und Seele auf einmal 100 Menschen um einen herum zu haben, stundenlang im Stehen Smalltalk zuhalten, dem Gegenüber Aufmerksamkeit zu schenken und nebenbei all die Eindrücke und Gefühle zu verarbeiten; was uns alles seit zwei Jahren von heute auf morgen alles gekappt wurde.

Daher denken Sie auch an sich. Nehmen Sie sich Auszeiten vom Trubel, wenn's zu viel wird für die Seele und genießen im Liegestuhl mit einem guten Buch die Sonne. Oder lassen Sie ihren Diffusor mit einer passenden Ölmischung laufen. Eventuell hilft bei Ihnen eher eine kurze Meditation zum Kraft tanken. Andere wiederum brauchen einen 10 km Lauf um zu entspannen.

Am nächsten Tag, oder gar ein paar Stunden später ist man wieder aufnahmebereit und bereit für die nächste Veranstaltung, Feier oder Firmenmeeting.

Haben Sie Rituale oder Routinen um in Ihrer gesundheitlichen Mitte zu bleiben?

Wir wünschen Ihnen eine entspannte und interessante Zeit beim Lesen unseres Newsletters.

Ihr Team der regionalen Fachstelle für Demenz und Pflege Niederbayern

Kennen Sie schon das Naturkino „Zwercheck“?

Auf 1.333 Meter Höhe mit 20 Lagenplätzen kann man die überdimensionale "Leinwand" mit der Spannweite über den gesamten gegenüberliegenden Gebirgszug betrachten.

Arber, der Hohe Bogen, der Osser sowie der gesamte Lamer Winkel sind die Hauptdarsteller, sozusagen die Creme da la Creme des Bayerischen Waldes. Und als Zuckerl gibt's bei ganz guter Sicht sogar noch die Alpen dazu.





## Informationen im Bereich Demenz und Pflege

### Urlaub für Menschen mit Demenz und deren Pflegeperson

Oft übersieht man sich selbst als pflegender Angehöriger in dem stressigem Alltag und gönnt sich keine Auszeit zum Kraft tanken. Dies muss nicht sein, denn inzwischen gibt es tolle Angebote für einen gemeinsamen Urlaub in dem Menschen mit Demenz und deren Angehörige entspannte Tage zusammen erleben können.

„Haus Sonnenfels“ in Bay. Eisenstein im Bayerischen Wald bietet dieses Angebot an. Als Familienbetrieb empfangen sie ihre Gäste in einer herzlicher Atmosphäre, gepaart mit pflegerischer Kompetenz bei der täglichen Betreuung der Angehörigen. Zertifiziert durch die bay. Alzheimer Gesellschaft bietet die Einrichtung einen geschützten Raum für einen entspannten Urlaub.

Kontaktaufnahme ist per Mail [info@sonnenfels-pflege.de](mailto:info@sonnenfels-pflege.de) oder telefonisch unter 09922/8045775 möglich.

Erste Eindrücke und ein Einblick Angebote und Ablauf können auf der Website [www.sonnenfels-pflege.de](http://www.sonnenfels-pflege.de) erlesen werden.

### Demenzdörfer—eine Möglichkeit für einen würdevollen Alltag der Betroffenen?

Demenzielle Erkrankungen werden in der älter werdenden Gesellschaft immer häufiger. Um einen angenehmen und würdevollen Lebensabend zu gewährleisten, bedarf es daher Lösungsansätzen, die auf die individuellen Bedürfnisse von Demenzkranken eingehen können. Demenzdörfer könnten eine Möglichkeit sein, in allen Lebenslagen der Krankheit für die Betroffenen eine angemessene Umgebung zu bieten. Solche und ähnliche Initiativen werden mittlerweile bundesweit gefördert, um die Lebensqualität bei Demenz, aber auch die der Angehörigen von Erkrankten zu verbessern.

In der Nähe von Amsterdam wurde bereits ein Demenzdorf umgesetzt. Dort entstand vor einigen Jahren De Hogeweyk. Seitdem wird es von Fachleuten und Politikern aus der ganzen Welt besucht. Neben dem dorfähnlichen Charakter weist es noch eine weitere Besonderheit auf: Die Wohnbungalows sind sieben verschiedenen Lebensstilen zugeordnet, welche die Bewohner an ihre Vergangenheit erinnern sollen. Dieses Lebensstil-Konzept möchte auch Anke Franke in Herogensweiler Heimelig umsetzen: „Wenn demenzkranke Menschen in ein Umfeld kommen, das ihnen unvertraut und fremd ist, möchten sie wieder nach Hause. Daher fragen wir uns: Was ist ihre Biografie, was sind ihre Interessen und ihr Bildungshintergrund?“ Ob handwerklich-bäuerlich oder klassisch-kulturell: Es sei faszinierend, wie wohl sich Demenzkranke fühlen könnten, wenn sie Vertrautheit in ihrer nahen Umgebung entdeckten. Das nehme viel Stress.

Denn gesamten Artikel mit näheren Informationen zu diesem Thema können Sie [unter](#) diesem Link einlesen.



## Angebote zur Unterstützung im Alltag

### Krisentelefon für stationäre Pflege "Pflege-SOS Bayern" beim Landesamt für Pflege

Seit dem 07. März können Missstände in bayrischen Pflegeheimen von Pflegebedürftigen, An- und Zugehörigen sowie Pflegekräften gemeldet werden. Entweder unter folgender kostenfreien Nummer:

**09621 966 966 0**

(kostenfrei aus Mobilfunk und Festnetz)

oder per Mail [pflege-sos@lfp.bayern.de](mailto:pflege-sos@lfp.bayern.de)

Die neu geschaffene Anlaufstelle „Pflege-SOS Bayern“ hilft vor allem bei Beschwerden zur pflegerischen Versorgung in stationären Einrichtungen. Das Angebot ist kostenfrei, erfolgt in einem vertraulichen Rahmen und wird auf Ihren Wunsch hin anonym behandelt.

[www.lfp.bayern.de/sospflege](http://www.lfp.bayern.de/sospflege)



---

## Senioren auf dem Bauernhof - Nebenerwerb mit AUA´s?

Die soziale Landwirtschaft steht in Niederbayern im Fokus. Als zusätzliche Angebote und Einkommensquellen in der Landwirtschaft können Dienstleistungen für Menschen mit Pflegebedarf im Hof darstellen. Vorstellbar sind unterschiedliche Angebote vom betreuten Wohnen bis hin zu verschiedensten Betreuungsleistungen.

Die Fachstelle machte sich in einem Webinar kundig, was es alles in dem sozialen Feld der Landwirtschaft in Niederbayern aktuell gibt. Dazu war Frau Katrin Rose von AELF Passau eingeladen. Wir konnten in dem ersten Begegnung verschiedene Schnittstellen in unseren Aufgaben erkennen und wollen die entstandenen Kontakte vertiefen und ausbauen, auch gerade in Richtung AUA´s.





## Angebote zur Unterstützung im Alltag

### DemenzGuide – die App für Angehörige

Für Angehörige von Menschen, die an Demenz erkranken, ändert sich das Leben meist völlig. Um diese Menschen zu unterstützen, gibt es eine neue App, den DemenzGuide. In der App finden An- und Zugehörige Tipps für den Umgang mit Menschen in der Demenz, hilfreiche Ideen für daheim bzw. die Pflegeeinrichtung – auch bei fortgeschrittener Erkrankung. Sie bietet zudem Anregungen, Heiteres und Bilder, um sich selber etwas Gutes zu tun. Die kostenlose digitale Hilfe lässt sich leicht bedienen und kann kostenfrei heruntergeladen werden unter [www.elkb.org/anwendung/demenzguide](http://www.elkb.org/anwendung/demenzguide). Die Evangelische Altenheimseelsorge und die Abteilung Seniorenpastoral im Erzbischöflichen Ordinariat München, haben den DemenzGuide gemeinsam entwickelt und im Rahmen der Woche für das Leben (30.04. bis 07.05.22), eine Initiative der katholischen und der evangelischen Kirche, vorgestellt.

Weitere Informationen:

[www.evangelische-altenheimseelsorge-muenchen.de](http://www.evangelische-altenheimseelsorge-muenchen.de) oder [www.erzbistum-muenchen.de/demenzguide](http://www.erzbistum-muenchen.de/demenzguide)

---

## Termine und Veranstaltungen

16.07.2022 9-18 Uhr Demenz Meet München - Ein bunter Tag für Angehörige, Betroffene und Fachleute  
Veranstaltungsort: Hochschule für Philosophie München  
Kaulbachstraße 31a, 80539 München

---

### Aktion zur Demenzwoche 2022:

Der Start zur Demenzwoche steht kurz bevor. Um die Aufmerksamkeit mehr auf das Thema Demenz zu lenken, Berührungängste zu reduzieren und Gemeinsamkeit auszustrahlen, wollen wir die Idee eines Flashmobs streuen. Die Aktion erfordert sicherlich ein wenig Mut, aber derweilen muss man seine Komfortzone verlassen und für wichtige Dinge zur Sichtbarkeit einfach mal machen. Wir würden uns freuen, wenn viele diesem Aufruf nachkommen und wir gemeinsam ein Zeichen setzen für Demenz und den vielen Menschen dahinter.



## Informationen im Bereich Demenz und Pflege

### Gute „Fonts“ um besser Singen zu können...

Sie haben einen Treff mit Menschen mit Demenz an dem auch gemeinsam gesungen wird. Zum Mitsingen verteilen Sie an die Teilnehmenden die Liedertexte. Auffällig ist, dass einige Personen in der Gruppe die Texte gar nicht lesen, sondern sie schnell wieder beiseitelegen.

Liegt es daran, dass ihre Gäste nicht mehr Lesen können? Vielleicht. Aber es kann auch ganz andere Gründe haben.

Wir wissen, dass Sinneswahrnehmungen im Alter einem kontinuierlichen Abbau unterliegen. Die Linse verliert an Akkomodationsfähigkeit (Scharfstellung) bei unterschiedlichen Entfernungen. Trübungen und Pupillenveränderungen erschweren das Sehen. Ältere Menschen brauchen mehr Licht, ihre Augen sind blendempfindlicher und vor allem Menschen mit Demenz benötigen einen starken Kontrast.

Auf eine gute Beleuchtung zu achten ist deshalb sehr wichtig. Eine Kombination aus direktem und indirektem Licht ist optimal. Die Ausleuchtungsstärke wird aber auch von der jeweiligen Aufgabe bestimmt. Wenn der Mensch mit Demenz etwas Lesen soll, wird das Licht auf das Papier gerichtet, aber so, dass nichts spiegelt.

Dass die Liedtexte zur Seite gelegt werden, kann aber auch daran liegen, dass sich der Texttyp der Person nicht so leicht eröffnet. Wollen Sie den Betroffenen das Lesen müheloser machen, dann sollten sie einen der „Fonts“ wählen, der für Sehbehinderte geeignet ist. Einer dieser Schrifttypen heißt „Atkinson Hyperlegible“. Das Braille Institut, das zu leicht lesbaren Schriften forscht, hat diesen Font auch mit kognitiv eingeschränkten Personen untersucht. Texte mit diesem Schrifttyp sind von Menschen mit Einschränkungen am leichtesten lesbar. Denn der Focus der Schrift ist, dass sich die Buchstaben maximal voneinander unterscheiden, was die Lesbarkeit deutlich erhöht. Diesen Effekt kann man überprüfen, indem man einzelne Wörter unscharf durch einen Filter bedeckt; ähnlich wie bei Makuladegenation. Auch in diesem Fall (siehe Unten) bleibt der Text erkennbar.

Dieser Font kann bei Google Fonts heruntergeladen werden. Auch auf den Seiten des Braille Instituts ist der Schrifttyp kostenlos abrufbar.





## Weitere Informationen

### Krisendienst Psychiatrie Niederbayern hilft Menschen in seelischen Notlagen

Seelische Krisen können jeden treffen – unabhängig von Geschlecht, Alter, Bildung, Beruf, Herkunft oder sozialem Status. Enttäuschungen oder schwere Verluste, traumatisierende Erlebnisse, familiäre, partnerschaftliche oder berufliche Konflikte, lebensverändernde Umstände wie die Geburt eines Kindes, Entwurzelung durch Flucht oder Migration.

In einer seelischen Krise erleben die meisten Menschen die Grenzen ihrer emotionalen und körperlichen Belastbarkeit. Sie befinden sich in einem Ausnahmezustand – verunsichert, empfindsam, verletzbar. Bewährte Lösungsstrategien und Verhaltensmuster greifen nicht mehr.

Der Krisendienst Psychiatrie des Bezirks Niederbayern bietet erste Entlastung und Orientierung. Betroffene, Angehörige, Bezugspersonen und Hilfesuchende aus dem sozialen Umfeld werden kostenlos beraten und informiert – vertraulich, menschlich, qualifiziert – rund um die Uhr, 365 Tage im Jahr.

Seit über einem Jahr ist der Krisendienst unter der bayernweit einheitlichen Telefonnummer 0800 655 3000 erreichbar. Anrufe aus dem niederbayerischen Bezirksgebiet werden automatisch zur Leitstelle Landshut geleitet. Das Team des Krisendienstes setzt sich aus Fachkräften aus den Bereichen Psychologie, Sozialpädagogik und psychiatrischer Pflege zusammen. Die Beraterinnen und Berater hören zu, fragen nach, klären auf und erarbeiten gemeinsam mit dem Anrufenden erste Lösungsansätze. In den meisten Fällen ist ein Telefonat nicht ausreichend, daher werden auf Wunsch weiterführende Hilfen vermittelt.

Weitere Infos unter [www.krisendienste.bayern/niederbayern](http://www.krisendienste.bayern/niederbayern)

– auch auf Facebook und Instagram



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.



[info@demenz-pflege-niederbayern.de](mailto:info@demenz-pflege-niederbayern.de)

Bahnhofplatz 1a  
84032 Landshut  
Telefon 0871/96367-156

[www.demenz-pflege-niederbayern.de](http://www.demenz-pflege-niederbayern.de)

Projekträger:



LANDSHUTER NETZWERK

Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege



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

Bildnachweis:  
Naturkino Zwercheck © Gemeinde Lohberg - Jilek Ludwig, Landshuter Netzwerk, Krisendienst,