



Entlastung in der Begleitung älterer Menschen

Wir werden älter und ältern anders. Hier sind Bilder von drei Frauen, die alle zum Zeitpunkt des Fotos 63 Jahre alt sind:



von links: Iris Berben (© picture alliance/ZB); Loli Schmidt (Bundesarchiv, SPD-Parteitag, Köln) und die Mutter von Albrecht Dürer, kurz vor ihrem Tod

Mittlerweile hat die Medizin große Fortschritte z.B. gegen Seuchen oder Krebs gemacht. Jedoch ist die Verhinderung von **Altersblindheit und Arthrosen** noch nicht möglich.

Dies gilt auch für die **demenziellen Erkrankungen**. Somit ist es eine unserer gesellschaftlichen Aufgaben: **Wir müssen lernen, mit Demenzen zu leben.**

In der gesetzlichen Pflegeversicherung gilt das Prinzip „ambulanz vor stationär“. Mehr als zwei Drittel der Pflegebedürftigen werden zu Hause versorgt (47 % sogar von den Angehörigen), während ein knappes Drittel der Pflegebedürftigen vollstationär im Heim betreut und gepflegt wird.

Das neue Pflegegeldgesetz, das ab 1.1.2015 in Kraft getreten ist, unterstützt die Pflegebedürftigen, aber auch ihre Angehörigen insbesondere im ambulanten Bereich.

Dies können Sie im Detail in folgender Broschüre nachschlagen:

Das Pflegegeldgesetz I – Das Wichtigste im Überblick – ist unter www.pflegestärkungsgesetz.de aufrufbar. Diese und weitere Publikationen des Bundesministeriums für Gesundheit können jederzeit kostenlos angefordert werden.



ACHTENSWERT

Wo kann ich mir Hilfe holen?

1. In nahezu allen Bundesländern gibt es **Pflegestützpunkte**. Dort erhalten sie Auskunft über wohnungsnaher Hilfs- und Unterstützungsangebote. Darunter zählen: gesundheitsfördernde, präventive, rehabilitative, soziale, pflegerische Angebote. Unter www.gesundheits-und-pflegeberatung.de können Sie die Adressen der Pflegestützpunkte in Ihrem Bundesland aufrufen. Die Beratungen können auch bei Bedarf bei Ihnen zu Hause stattfinden.
2. Zahlreiche **ambulante Sozialstationen** bieten vor Ort Beratungen an, die im ländlichen Bereich gerne aufgrund kürzerer Wege genutzt werden. Weiterhin werden Schulungen und Vorträge für pflegende Angehörige angeboten, die das Handling für die pflegenden Angehörigen erleichtern sollen.
3. Zahlreiche **Wohlfahrtsverbände** wie z.B. Caritas, Diakonie, AWO, ASB, Deutsches Rotes Kreuz, Malteser, paritätischer Wohlfahrtsverband, bieten mittlerweile Beratungen und Schulungen an.
4. **Krankenkassen** wie AOK, IKK, Knappschaft, BKK, Landwirtschaftliche Versicherungen erweitern das Potenzial der professionellen Beratungen und Schulungen.
5. Hören Sie sich in Ihrer **Stadt/Gemeinde** um, wie zum Beispiel im Rathaus, im Landratsamt und in den Kirchen unterschiedlicher Konfessionen. In diesen Einrichtungen werden immer häufiger Arbeitskreise oder Bereiche eingerichtet, die für die soziale Arbeit oder Seniorenarbeit zuständig sind.
6. Seien Sie neugierig und kommen Sie mit Ihren Nachbarn, Freunden, Ihrer Familie ins Gespräch. **„Sich öffnen und Hilfe annehmen ist eine wichtige Grundlage!“** **Sich zurückziehen – und vielleicht noch schämen – fördert das Gegenteil.** Vielleicht erkennt man durch das Gespräch, dass ein Hilfsangebot im direkten Umfeld schon vorhanden ist.
7. Unterschiedlichste **Selbsthilfegruppen** entstehen und ermöglichen eine Plattform unter Gleichgesinnten, um sich auszutauschen bzw. um Hilfe zu holen. Vielleicht ergreifen Sie die Initiative und bauen eine Selbsthilfegruppe in Ihrem Umfeld auf.
8. **Ehrenamt-Netzwerke** sind mögliche Anlaufstellen, wo sie sich individuell Hilfe holen können oder sich auch ehrenamtlich einbringen können. Schauen Sie im Internet in einer Suchmaschine unter „Ehrenamt-Netzwerke“ nach. Dort finden Sie zahlreiche Adressen für Ihre direkte Umgebung.
9. **Verbände, Vereine und Seniorenorganisationen** bieten regional und überregional viele Kontaktmöglichkeiten an, z.B.:
www.bagso.de
www.lages-wue.de
www.deutsche-alzheimer.de, Telefon: 030-2593795-14
www.kda.de
www.demenz-support.de
www.demenz-service-nrw.de
www.demenz-sh.de
www.deutsches-seniorenportal.de
10. Eine Liste über technische Hilfsmittel und Produkte, die zur Unterstützung bei der Begleitung von Demenzkranken hilfreich sein können, erhalten Sie unter: www.alzheimer-bw.de

Ich wünsche Ihnen mit den Hilfsangeboten, die ich Ihnen aus meinem Erfahrungsbereich anbieten möchte, eine gute Unterstützung in der Begleitung älterer Menschen!

Ruth Wetzel