

Beratung und Informationen von Fachstellen

Koordinierungsstelle Demenz Landkreis Landshut

- Telefonische Beratung
- Persönliche Beratung
- Sprechstunden in den Gemeinden

Bahnhofplatz 1a | 84032 Landshut

☎ Tel.: 0871 - 96 367 161

Mo. – Fr.: 08:30 - 12:00 Uhr

Di. und Do.: 13:00 - 15:00 Uhr

E-Mail: kodela@landshuter-netzwerk.de
www.demenz-landshut.de

Alzheimer Gesellschaft Landshut e.V.

- Telefonische Beratung
- Informationsblätter, Broschüren, hilfreiche Links

☎ Tel.: 0871 - 13 557 914

Mo. - Do.: 10:00 – 12:00 Uhr

E-Mail: info@alzheimer-landshut.de
www.alzheimer-landshut.de

AWO - Demenz Centrum Landshut

- Telefonische Beratung
- Besuchsdienste

Ludmillastr. 15 a | 84034 Landshut

Tel.: 0871 - 974 588 - 30 (Anrufbeantworter)

☎ oder

Tel.: 0871 - 974 588 - 0

Mo. - Do.: 08:30 – 16:00 Uhr | Fr.: 09:00 – 15:00 Uhr

E-Mail: maria.karl@awo-landshut.de
www.awo-landshut.de/demenzzentrum.php

Wohnraumberatung Landkreis Landshut

Beratung unter anderem zum Einsatz von technischen Hilfssystemen und Schutzeinrichtungen.

Beispiel: automatische Herdabschaltung, Hausnotruf

Nadine Abramowski | Landratsamt Landshut

☎ Tel.: 0871 - 4 082 117

E-Mail: nadine.abramowski@landkreis-landshut.de
www.landkreis-landshut.de

Alzheimer Gesellschaft Kelheim e.V.

- „Gefühls-Werkstatt“, bayernweites Projekt „Helfen und selber gesund bleiben“
- **Kostenloses Online-Einzel-Coaching** durch systemischen Berater u. Coach

Anmeldung unter:

☎ Tel.: 0175 - 6 674 574

E-Mail: gerrit.idsardi@alzheimer-kelheim.de
www.coaching-fuer-pflegende-angehoerige.de

Als Praktikantin im Landratsamt Landshut, Bereich Senioren, entwickelte Maria Seising im Rahmen des Studiums Soziale Arbeit an der HAW Landshut in ihrem Praxissemester diesen Flyer in Kooperation mit der durch LEADER geförderten Koordinierungsstelle Demenz.

Herausgeber:

Landratsamt Landshut | Abteilung Sozialhilfverwaltung
Veldener Str. 15 | 84036 Landshut | www.landkreis-landshut.de
Stand: 12/2020



Unterstützung für pflegende Angehörige **Demenz**erkrankter zu Zeiten von Corona





Sie pflegen einen demenzerkrankten Menschen zu Hause?

Sie stehen vor der Herausforderung, dem demenzerkrankten Menschen Normalität, Sicherheit und Ruhe im Umgang mit den Corona Regelungen zu vermitteln, neue Alltagsroutinen zu gestalten und trotz allem dem Drang nach Freiheit und Selbstbestimmung gerecht zu werden?

Damit Sie die vielfältigen Herausforderungen während Corona bewältigen und selbst Kraft schöpfen können, möchten wir Ihnen Netzwerke und Möglichkeiten der Entlastung aufzeigen.

Entlastung finden durch:

„Entschleunigung statt Effektivität... Abstand statt Angriff... umlenken statt diskutieren... Recht geben statt Recht haben... wertschätzen statt bevormunden... durchatmen statt schreien...“

Zitat nach M. Hamborg / Wegweiser Demenz

- Erlauben Sie sich, eine **individuelle Grenze der Belastbarkeit** zu haben und nicht alles allein schaffen zu müssen.
- Seien Sie **achtsam** mit sich selbst und Ihren Erwartungen. Was tut Ihnen im Alltag gut z.B. Entspannungstechniken, Musik hören oder ein heißes Bad.
- **Innehalten und ruhig auf das Gefühl reagieren**, welches hinter der Äußerung des demenzerkrankten Menschen steckt. Verständnis kann Frustrationen vermeiden.
- Beziehen Sie den Menschen mit Demenz im Rahmen Ihrer Möglichkeiten in Alltags-tätigkeiten, auch bei der Wahl des „Mund-Nase-Schutzes“ - Material, Design, Tuch oder Schal - mit ein.
- **Binden Sie Ihre Familie / Freunde mit ein.** Gemeindliche Angebote wie Nachbarschaftshilfen oder Einkaufsdienste können **Freiräume schaffen** und das Ansteckungsrisiko minimieren.
- Erhöhen Sie die Akzeptanz der Maßnahmen (Mund-Nase-Schutz / Händewaschen) durch einen **vorbildlichen, selbstverständlichen, humorvollen Umgang**.
- Bei Verweigerung des Mund-Nase-Schutzes können **Akzeptanz / ein späterer Versuch, „Verständniskärtchen für pflegende Angehörige“** oder eine **ärztlich attestierte Ausnahme** von der Maskenpflicht hilfreich sein.

Möglichkeiten zum Austausch durch:

- **Demenz Gruppen** z.B. über soziale Netzwerke
- Offenes Online-Forum der **deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V.**
www.deutsche-alzheimer.de/unser-service
- Der bundesweite „**Wegweiser Demenz**“ bietet einen Blog zum anonymen Austausch sowie Ratgeberforen und Podcasts
www.wegweiser-demenz.de
- Halten Sie den Kontakt mit Familienmitgliedern außerhalb Ihres Haushaltes und binden Sie diese mit ein, z.B. über Briefe, kleine Pakete, kurze „**Fenster-Gespräche**“ oder Videotelefonie

