

-Informationsblatt 1: Demenz das Wichtigste zusammengefasst-

Humanistischer  
Betreuungsverein  
Pankow  
Parkstraße 113  
13086 Berlin

Tel. 030 49 50 09 36  
betreuungsverein-  
pankow@hvd-bb.de

Humanistischer  
Betreuungsverein  
Reinickendorf  
Provinzstraße 57  
13409 Berlin

Tel. 030 49872885  
betreuungsverein-  
reinickendorf@hvd-  
bb.de

Humanistischer  
Betreuungsverein  
Mitte  
Leipziger Straße 31-33  
10117 Berlin

Tel. 030 4413057  
betreuungsverein-  
mitte@hvd-bb.de

Wir sind auch  
jederzeit für  
individuelle  
Beratungsgespräche  
für Sie da.

Rufen Sie uns  
einfach an und  
vereinbaren Ihren  
persönlichen  
Beratungstermin –  
auf Ihre Bedarfe  
ausgerichtet.

## Liebe Interessierte,

aufgrund der notwendigen Maßnahmen zur Eindämmung des Corona-Virus und entsprechender behördlicher Anordnungen finden derzeit weiterhin **keine Veranstaltungen in unseren Standorten** statt. So können **Einzelberatungen** für alle ehrenamtlichen Betreuer\_innen und Bevollmächtigte, unter Einhaltung von Hygienemaßnahmen in den Standorten stattfinden, jedoch ist dafür unbedingt eine telefonische Terminvereinbarung vorab notwendig. Selbstverständlich sind wir telefonisch und per Mail von Montag-Freitag in den Standorten für Sie erreichbar.

Trotz dieser aktuellen gesellschaftlichen Situation, ist es uns ein großes Anliegen, Sie auch weiterhin mit unseren aktuellen Informationen aus den humanistischen Betreuungsvereinen zu versorgen und vor allem, dass Ihnen unsere **Informationsveranstaltungen** auch jetzt zugänglich bleiben.

So stellen wir Ihnen **Informationsschreiben zu den Themen der Veranstaltungen** (ab März 2020) zur Verfügung, welche Ihnen auf unserer Website [humanistisch.de/betreuungsverein-bb](http://humanistisch.de/betreuungsverein-bb) frei verfügbar sind und wir planen erste **digitale Veranstaltungsformate** bereitzustellen. Dazu erhalten Sie gesondert genaue Informationen.

Wir freuen uns sehr, wenn Sie uns ebenfalls auf diesem (neuen) Weg treu bleiben und uns weiterhin begleiten. Sehr gern sind wir auch für Ihre Anregungen offen, um Ihnen auch unter den aktuellen Voraussetzungen ein vielfältiges Angebot zur Verfügung zu stellen.

Sehr gern stehen wir Ihnen für weitere Fragen zum Thema jederzeit zur Verfügung.

Wir grüßen Sie alle herzlich aus den Standorten Mitte, Pankow und Reinickendorf-

Ihre humanistischen Betreuungsvereine.

## Informationsblatt 1 Demenz das Wichtigste zusammengefasst

Drei Fragen an:

Kathrin Breternitz Gesundheits- und  
Pflegermanagerin, B.Sc.



### **Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V. Selbsthilfe Demenz**

Friedrichstr. 236, 10969 Berlin

Tel.: 030-89094357

[www.alzheimer-berlin.de](http://www.alzheimer-berlin.de)

**Humanistischer Betreuungsverein:** Wenn ich meinen Schlüssel verlege und suchen muss oder ich im Supermarkt etwas vergesse einzukaufen - sind das bereits Anzeichen für eine Demenz?

**Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V.:** Solche Situationen kennt sicher jeder Mensch. Gelegentlich etwas zu vergessen – gerade in stressigen Situationen – ist normal und erstmal kein Grund zur Beunruhigung. Wenn die Schwierigkeiten, sich zu erinnern größer werden und die Bewältigung alltäglicher Aufgaben darunter leidet, dann ist es sinnvoll, die Ursache für die Vergesslichkeit zu klären.

**Humanistischer Betreuungsverein:** Wohin kann ich mich wenden, wenn ich mir Sorgen mache?

**Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V.:** In Sachen Diagnostik ist meist der Hausarzt der erste Ansprechpartner, oft besteht ein vertrauensvolles Verhältnis. Hier können die Gedächtnisstörungen angesprochen werden und gegebenenfalls erste Untersuchungen (wie ein Gedächtnistest oder eine Blutentnahme) erfolgen. Für eine weitergehende Diagnostik wird meist an einen Facharzt für Neurologie oder an eine der Berliner Gedächtnissprechstunden überwiesen.

**Humanistischer Betreuungsverein:** Welche Angebote gibt es bei der Alzheimer Gesellschaft Berlin?

**Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V.:** Wir bieten als Ansprechpartner für Betroffene und ihre Familien Unterstützung über alle Phasen der Erkrankung hinweg. So stärken wir Familien unter anderem durch psychosoziale Beratung, regelmäßigen Austausch in Gesprächsgruppen, Wissensvermittlung in Angehörigenschulungen und öffentlichen Vorträgen und vermitteln geschulte Ehrenamtliche zur stundenweisen Entlastung in die Häuslichkeit.

**Humanistischer Betreuungsverein:** Vielen Dank, dass Sie sich für uns Zeit genommen haben und für weiterführende Fragen unseren Ratsuchenden zur Verfügung stehen.

## Informationsblatt 1 Demenz das Wichtigste zusammengefasst

Bei Vergesslichkeit oder Anzeichen von Gedächtnisstörungen neigt die Gesellschaft gerne zu der Selbsteinschätzung es müsse sich um eine Demenzerkrankung handeln. Das Aufsuchen von entsprechenden Fachärzten zur Diagnostik und das Annehmen von Hilfsangeboten wird meist erst dann wahrgenommen, wenn die Situation zu Hause sowohl in der Lebensführung als auch im Umgang miteinander schon von starken Problemen geprägt ist.

Daher ist es wichtig bei Verdachtsmomenten möglichst zeitnah abzuklären, welche Ursachen hinter dem fremden Verhalten stecken.

### Wer stellt die Diagnose?

Der erste Ansprechpartner ist der Hausarzt. Dieser kann auch andere Ursachen für die Gedächtnisstörung ermitteln oder ausschließen und leitet dann an entsprechende Fachärzte oder Berliner Gedächtnisstunden weiter.

<http://www.alzheimer-berlin.de/wie-helfen-wir/gedaechtnissprechstunden.html>

### Lebensgestaltung mit der Diagnose:

Der Erhalt der Diagnose ist zunächst für viele ein Schock. Was vorher nur eine vage Vermutung war ist nun Gewissheit. Häufig sind hiermit für alle Beteiligten große Ängste verbunden, da die Hoffnung auf Heilung nun genommen ist. Die Diagnose ist aber auch eine Chance. Es kann sich rechtzeitig und unter Annahme von Hilfsangeboten auf die neue Situation eingestellt werden. Zudem ist endlich klar, warum die betroffene Person sich anders verhält als sonst. Dies kann auch ein Gefühl der Erleichterung hervorrufen.

Der offene Umgang mit der Diagnose hat oft einen positiven Effekt, da dann auf abweichendes Verhalten mit Unterstützung und Verständnis reagiert werden kann. Hierbei ist es wichtig, den Betroffenen ein Gefühl von Sicherheit und Zugehörigkeit zu vermitteln.

Die Wünsche zur Lebensgestaltung sollten besprochen und festgehalten werden. Die Mobilität sollte möglichst lange aufrechterhalten bleiben.

Es gibt keine Patentrezepte für den Umgang mit belastenden Verhaltensweisen von Menschen mit Demenz. Zu empfehlen sind drei Schritte:

- **Das Verhalten genau beobachten und nach möglichen Ursachen suchen.** Hängt das Verhalten beispielsweise mit einer unruhigen oder unübersichtlichen Umgebung zusammen, sind zu viele Menschen anwesend, läuft ein Fernsehapparat, sind Speisen in Griffweite, hat der oder die Betroffene Schmerzen?
- **Überlegen, was getan werden kann, um Abhilfe zu schaffen.** Verändertes Verhalten der Betreuenden, klar strukturierte und konstante Tagesabläufe sowie eine gleichbleibende, reizarme Umgebung können hilfreich sein.
- **Ausprobieren und beobachten,** ob die gewünschten Verhaltensänderungen eintreten, und wenn nicht, nach Alternativen suchen.

*„Angehörige sollten versuchen die Erlebensweisen und Gefühle der Betroffenen nachzuvollziehen, Verständnis zu zeigen und dann Unterstützung anzubieten. Anerkennende und beruhigende Worte und Gesten wirken stresslindernd und geben Sicherheit.“*

© Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.  
Selbsthilfe Demenz

## Informationsblatt 1 Demenz das Wichtigste zusammengefasst

Da Menschen mit Demenz eine sensible Nachbarschaft und Umgebung benötigen, wurden von der Deutschen Alzheimer Gesellschaft die Aktion Demenz Partner ins Leben gerufen und Schulungen entwickelt. Hier lernen Menschen unabhängig von Alter oder Erfahrung Kontakt zu Menschen mit Demenz den Umgang mit abweichenden Verhalten und können dementsprechend einfühlsam reagieren.

<https://www.demenz-partner.de/die-aktion.html>

### Hilfen für pflegende Angehörige:

Hier gilt es rechtzeitig zu handeln und nicht erst Entlastungen in Anspruch zu nehmen, wenn die Pflegeperson bereits an ihren Grenzen arbeitet. Austausch finden Pflegepersonen in An/Zugehörigen Gruppen. Pflegekassen finanzieren zudem Schulungsangebote sowie technische Hilfen z.B. Bügeleisen und Elektroherde, welche sich nach gewisser Zeit selbst abschalten. Für die betroffenen Personen gibt es Betreuungsgruppen in denen sich geschulte Fachkräfte zeitweise um die Betreuung in Form von gemeinsamen Mahlzeiten, anregende Tätigkeiten und Ausflügen kümmern.

Ansprechpartner sind hier die zuständige Pflegekasse, das Sozialamt und das Versorgungsamt. Es ist ratsam eine Beratungsstelle wie die Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V., die Pflegestützpunkte und Betreuungsvereine zu kontaktieren, um sich in den Hilfsangeboten zurechtzufinden.

<http://www.alzheimer-berlin.de/>

<https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de>

<https://humanistisch.de/betreuungsverein-bb>

***Für finanzielle Hilfen lesen Sie auch unser Informationsblatt 4 –Geld sparen im Alter- hier finden Sie eine Übersicht über das Hilfenetz und weiterreichende Links.***

### Angehörigen Gruppen

Der Austausch mit anderen kann entlastend wirken. Nicht nur erhält man hier weitreichende Informationen, neuen Ideen und Trost. Allein der Austausch mit Menschen die das Gleiche erfahren, kann den Betroffenen Erleichterung verschaffen. Eine bezirkliche Verbindung gibt es nicht, Vorrang hat die Chemie unter den Teilnehmenden, sodass ein offener Diskurs möglich ist. Generell ist es ratsam Hilfsangebote in dem Bezirk aufzusuchen in dem der Betroffene lebt, da hier die Strukturen bestens bekannt und am stärksten vernetzt sind.

<https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/kontaktstellen/pflegende-angehoerige/>

### Technische Hilfen

Derzeit gibt es viele technologische Entwicklungen, die Menschen mit Demenz dabei unterstützen können, ihre Alltagsfähigkeiten zu erhalten, zu fördern und so möglichst lange die eigene Selbständigkeit zu erhalten. Beispielhaft seien hier elektronische Geräte, welche sich nach gewisser Zeit selbst abstellen, Apps die an die Medikamenteneinnahme erinnern, Sturzsensoren und Personenortungssysteme, genannt.

Die Beantragung erfolgt bei der zuständigen Pflegekasse.

## Informationsblatt 1 Demenz das Wichtigste zusammengefasst

Die Erfahrung zeigt, dass Menschen mit Demenz lange Zeit ein Bestreben haben, möglichst lange und eigenverantwortlich in ihrem eigenen Zuhause verbleiben wollen. Die An- und Zugehörigen geben meist alle Kraft, dies solange wie möglich, ohne fremde Hilfe, gewährleisten zu können. Dies ist oft mit großen Ängsten um den Schutz des Betroffenen verbunden.

***Wir möchten Ihnen diese Angst nehmen. Sie müssen diese neue Herausforderung nicht alleine bewältigen. Wenn der Austausch und die Wohnungsanpassung nicht ausreichend sind, gibt es weiterführende Hilfen.***

**Ehrenamtliche** können stundenweise unterstützend tätig werden. Hierbei handelt es sich weder um pflegerische- noch hauswirtschaftliche Tätigkeiten. Es geht vielmehr um Gespräche führen, Vorlesen und Erzählen, Gemeinsame Spaziergänge, Teilnahme an kulturellen Angeboten und Begleitung und Hilfestellung bei Erledigungen außer Haus.

**Ambulante Pflegedienste** übernehmen die pflegerische Basisversorgung und ggf. hauswirtschaftliche Tätigkeiten.

Innerhalb der **Tagespflege** werden Menschen mit Demenz und Pflegebedürftige tagsüber betreut, kehren abends jedoch in ihre eigene Häuslichkeit zurück. Die Betreuung besteht aus körperlichen Aktivierungsangeboten, gemeinsamen Mahlzeiten und einem Beschäftigungsangebot.

**Verhinderungspflege und Kurzzeitpflege** kann ebenfalls in Anspruch genommen werden. Ersteres wird genutzt, wenn die Pflegeperson ausfällt, oder einfach mal eine Pause braucht. Die Kurzzeitpflege wird beispielsweise in der Zeit des Wohnungsumbaus, oder nach abgeschlossenem Krankenhausaufenthalt und Gründen die eine sofortige Entlassung die eigene Häuslichkeit unmöglich machen, in Anspruch genommen.

Medizinische Versorgung finden Menschen mit Demenz in **Gerontopsychiatrischen Kliniken** und über entsprechende **Rehabilitationsleistungen**, welche auf diese Erkrankung und den Umgang hiermit spezialisiert sind.

***Lesen Sie hierzu auch unser Informationsblatt 2– Erste Schritte zu (Rehabilitations- und) Pflegeleistungen.***

Wenn es bei all den Hilfestellungen nicht möglich ist die Versorgung der betroffenen Person sicher zu stellen verbleibt noch der Umzug in ein entsprechendes **Pflegeheim** oder in eine **Demenz WG**. Für nahe pflegende Angehörige ist ein solcher Schritt oft besonders schwer, gerade wenn es einst das Versprechen gab, für sich gegenseitig zu sorgen. Hilfreich kann sein, sich frühzeitig zu informieren, sich mit anderen auszutauschen und zu lernen, Unterstützungsangebote anzunehmen.

Um sich im Angebotsdschungel leichter zurecht zu finden, nutzen Sie gerne den Wegweiser Demenz. Dort finden Sie mit einfachen Suchbegriffen schnell Ihren richtigen Ansprechpartner. Der Wegweiser Demenz wird bereitgestellt vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

[https://www.wegweiser-demenz.de/no\\_cache/hilfe/adresdatenbank/service/Institution/list.html?cHash=a1119a245219697333ea50b2fe59701d](https://www.wegweiser-demenz.de/no_cache/hilfe/adresdatenbank/service/Institution/list.html?cHash=a1119a245219697333ea50b2fe59701d)

## Informationsblatt 1 Demenz das Wichtigste zusammengefasst

Für weitere Informationsblätter besuchen Sie uns auf unserer Website:

[www.humanistisch.de/betreuungsverein-bb.de](http://www.humanistisch.de/betreuungsverein-bb.de)

Hier stehen Ihnen zudem Lehrvideos zu Ihrer persönlichen Vorsorge zur Verfügung.

Bei Bedarf schicken wir Ihnen die Unterlagen gerne per Post zu.

Sprechen Sie uns gerne an!

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