

Infobrief

für pflegende Angehörige

Infobrief der Fachstellen für pflegende Angehörige,
Augsburg

Ausgabe 2 / Juli 2021



1. In eigener Sache
2. Verbund Demenz Augsburg – Save the Dates
3. Zweite Bayerische Demenzwoche vom 17. Bis 26. September 2021
4. Augsburger Hohes Friedensfest 2021 - #FÜRSORGE
5. digiDEM – digitales Demenzregister Bayern
6. Medikamente im Alter
7. Spaziergänge für Senioren und Menschen mit Demenz

1. In eigener Sache

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir freuen uns Ihnen heute den ersten gemeinsamen Infobrief aller vier Fachstellen für pflegende Angehörige in Augsburg zusenden zu können und hoffen, es sind interessante Themen und Termine für Sie dabei.

Für Anregungen und Rückmeldungen sind wir immer sehr dankbar. Auch wenn Sie etwas entdecken, das vielleicht auch für andere wichtig oder interessant sein könnte, freuen wir uns, wenn Sie uns dies zur Verfügung stellen.

Wenn Sie Fragen haben oder Beratung wünschen, dürfen Sie uns gerne anrufen.

In einem persönlichen Gespräch oder Telefonat lassen sich die Dinge meist am besten klären.

Wie Sie die Fachstellen für pflegende Angehörige erreichen, finden Sie am Ende dieses Newsletters.

Herzliche Grüße!

Ihre

*Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der
Fachstellen für pflegende Angehörige in Augsburg*

2. Verbund Demenz Augsburg – Save the Dates

Der Verbund Demenz Augsburg ist ein Zusammenschluss der Fachstellen für pflegende Angehörige, der Alzheimer Gesellschaft Augsburg e. V. und des Kompetenznetz Demenz, punktuell unterstützt durch

weitere Partner. Unser Ziel ist es u. a. durch gemeinsame Aktionen und Veranstaltungen auch Menschen mit Demenz eine Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen.

Rund um den Welt-Alzheimerstag 2021, am 21. September plant der Verbund Demenz drei gemeinsame Veranstaltungen zu denen wir Sie schon heute recht herzlich einladen möchten. Deshalb bereits hier die Termine zum Vormerken.

1. **Ökumenischer Gottesdienst für Menschen mit Demenz**, Angehörige, Pflegende und Interessierte am Sonntag, den 19.09.21, um 14.30 Uhr in der St. Annakirche mit anschließendem Kaffeetrinken und geselligem Beisammensein im Annahof, bei Regen im Augustanasaal (Im Annahof 4) – natürlich nur sofern es das Pandemiegeschehen zulässt. Der Eintritt ist frei, um Anmeldung wird gebeten.
2. **Seniorenkino**
gezeigt wird der Film „Charleys Tante,“
im Liliom (Unterer Graben 1)
am Montag, den 20.09.21
um 14.30 Uhr Beginn der Filmvorführung, ab 13.30 Uhr Kaffee mit Zeit und Raum für Kontakte
Eintritt: 8,-€
3. **Theaterstück „Dementieren zwecklos“**
am 21.09.21
um ca. 19.00 Uhr
im Augustanasaal (im Annahof 4)
Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist jedoch erforderlich

Ausführlichere Informationen erhalten Sie noch von uns zu einem späteren Zeitpunkt.

3. Zweite Bayerische Demenzwoche vom 17. bis 26. September 2021

Das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege lädt dieses Jahr zum zweiten Mal zu einer Bayerischen Demenzwoche ein. Im Aktionszeitraum vom 17. bis 26. September wird landesweit auf unterschiedlichste Weise für das Thema Demenz sensibilisiert und über das Krankheitsbild sowie Unterstützungsmöglichkeiten für Betroffene und ihre pflegenden Angehörigen informiert. Pandemiebedingt werden dieses Jahr bestimmt auch viele Veranstaltungen in virtuellem Format stattfinden. Ein Blick in den umfassenden Veranstaltungskalender lohnt sich bestimmt.

www.demenzwoche.bayern.de

Auch wir beteiligen uns mit oben genannten Veranstaltungen an der zweiten Bayerischen Demenzwoche.

4. Augsburger Hohes Friedensfest 2021 - #FÜRSORGE

Auch dieses Jahr findet rund um das Augsburger Friedensfest ein umfangreiches Kulturprogramm statt, diesmal unter dem Schlagwort FÜRSORGE.

Auf zwei Veranstaltungen in diesem Rahmen möchten wir Sie besonders hinweisen:

1. **Virtuelle Podiumsdiskussion 24/7 Pflege (24- Stunden-Pflege)**
am Donnerstag, 29. Juli 2021
19.00 – 20.30 Uhr
Veranstalter: Katholischer Deutscher Frauenbund

Über Details informiert Sie die ausführliche [Ausschreibung](#).

2. Young Care Matters – auch in Augsburg

(Young Carers sind Kinder und Jugendliche, die in ihrer Familie Pflegeverantwortung übernehmen)

Podiumsdiskussion

am Montag, 26. Juli 2021

19.30 – ca. 21.00 Uhr

Augustanasaal (im Annahof 4)

unter Beteiligung einer der Fachstellen für pflegende Angehörige

Details entnehmen Sie bitte auch beiliegendem [Flyer](#) bzw. dem beiliegenden Programm zum [Augsburger Hohen Friedensfest 2021](#) .

5. digiDEM – Digitales Demenzregister Bayern

digiDEM (= Digitales Demenzregister Bayern) ist ein vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege gefördertes Projekt. Das Projekt widmet sich der Versorgung von Menschen mit leichten und moderaten Gedächtnisbeeinträchtigungen und deren pflegenden Angehörigen. Ziel von digiDEM ist es, die Lebenssituationen von Betroffenen und ihren Angehörigen durch digitale, alltagstaugliche Lösungen verbessern. www.digidem-bayern.de

- **Online-Hörtest zur Vorbeugung von Demenz**

Wenn das Gehör schlechter wird, wirkt sich das auf viele Lebensbereiche der Betroffenen aus. Im mittleren Alter ist Schwerhörigkeit einem aktuellen Bericht der medizinischen Fachzeitschrift „The Lancet“ zufolge, sogar der bedeutsamste veränderbare Risikofaktor für die Entstehung einer Demenz. Acht Prozent aller Demenzerkrankungen sind demnach auf Schwerhörigkeit zurückzuführen. Da eine rechtzeitige Behandlung wie das Tragen von Hörgeräten das Demenzrisiko verringern kann, ist die Früherkennung einer Hörminderung besonders wichtig. digiDEM Bayern bietet daher als präventive Maßnahme einen digitalen Hörtest an. Zum [Online-Hörtest](#)

- **Angehörigenampel zur Ermittlung der eigenen Belastung durch die Pflege**

Pflegende Angehörige denken häufig zu wenig an sich selbst. Dabei sind gerade sie oftmals hohen Belastungen ausgesetzt. Um ihnen die eigene Situation bewusst zu machen, hat digiDEM Bayern ein neues Online-Angebot entwickelt: die Angehörigenampel.

Der kostenlose, anonyme Online-Selbsttest zielt darauf ab, pflegenden Angehörigen mittels zehn gezielter Fragen den Grad ihrer Belastung zu verdeutlichen und so einen Anstoß zur Veränderung der Lebenssituation zu geben. Die Angehörigenampel basiert auf einer fundierten wissenschaftlichen Grundlage. Zur [Angehörigenampel](#)

- Zudem bietet digiDEM Bayern zwei kostenlose Online-Angebote:

Wissenschaft verständlich erklärt in der **Webinar-Reihe** [Science Watch LIVE](#). Wissenschaftler*innen aus dem Projektteam erläutern hier regelmäßig ein Schwerpunkt-Thema aus der internationalen Demenzforschung und stehen live für Fragen zur Verfügung. Die Teilnahme an den Webinaren ist kostenfrei.

Daneben beinhaltet der **Newsletter** [Science Watch](#) Neuigkeiten aus der internationalen Fachliteratur, von Informationen zur Prävention und zu vermeidbaren Risikofaktoren über Fragen zum Umgang mit Demenzerkrankungen bis hin zu digitalen Angeboten. Regelmäßig werden auch Schwerpunkt-Themen behandelt, so wie im aktuellen Newsletter das Thema „Schmerzen und Demenz“.

- An dieser Stelle wollen wir Sie auch auf folgende **gemeinsame Online-Veranstaltung** von digiDEM und Medizinischer Dienst Bayern – MDK hinweisen:

„Der Medizinische Dienst im Dialog: GesundPflegen in Bayern – Warum Pflegeberatung so wichtig ist und wie die digiDEM-Angehörigenampel die Beratung unterstützen kann“

Donnerstag, den 29. Juli 2021

15:30 bis 17:00 Uhr

Nähere Informationen erhalten Sie [hier](#) oder in beiliegendem [Flyer](#).

6. Medikamente im Alter

Viele Senioren nehmen zahlreiche Medikamente ein, deren Wechsel- und Nebenwirkungen oft nicht ausreichend berücksichtigt werden. Hinzu kommt, dass viele alte Menschen noch zusätzlich Arzneimittel einnehmen (z.- B. Schmerz- oder Beruhigungsmittel), die sie sich ohne ärztlichen Rat beschaffen. Nebenwirkungen wie Schwindel und Benommenheit, Übelkeit, Bauchschmerzen, Verstopfung, Probleme beim Wasserlassen oder Schlafstörungen sind häufig die Folge.

Darum sollten folgende Hinweise beachtet werden:

- Führen Sie eine Liste aller Arzneimittel (mit Dosierung), die derzeit eingenommen werden; Führen Sie auch die ohne Rezept gekauften Arzneimittel auf.
- Legen Sie diese Liste bei jedem Arztbesuch vor. Es ist wichtig für den Arzt zu wissen, welche Arzneimittel eingenommen werden, um die Symptome richtig einordnen zu können.
- Legen Sie die Medikamentenliste auch in der Apotheke vor, wenn Sie ein Rezept einlösen oder ein Arzneimittel ohne Rezept kaufen. Auch die Einnahme von rezeptfreien Arzneimitteln kann zu Risiken führen und sollten mit dem Apotheker besprochen werden.

Doch auch bei richtiger Anwendung und Dosierung können bestimmte Arzneimittel besonders im Alter oft unerwünschte Effekte auslösen. Experten haben eine Liste solcher potenziell für Ältere ungeeigneter Medikamente erstellt: die sogenannte **Priscus-Liste**. Diese enthält eine Auflistung von Wirkstoffen, die im Alter vermieden werden sollten, sondern in vielen Fällen auch besser geeignete Alternativen. So lässt sich das Risiko für Nebenwirkungen bei der medikamentösen Therapie älterer Menschen senken.

Das *Bundesministerium für Bildung und Forschung* hat eine kostenlose Broschüre „Medikamente im Alter. Welche Wirkstoffe sind ungeeignet?“ herausgegeben, die per E-Mail unter publikationen@bundesregierung.de oder per Telefon unter 030-18 272 272 1 angefordert werden kann.

Weitere Informationen finden Sie auch auf der Internetseite www.medikamente-im-alter.de

Veranstaltungshinweis:

Am **13.09.21 um 19.00 Uhr** wird der Apotheker Herr Dr. Bruch, Vorstandmitglied der Alzheimergesellschaft Augsburg e. V., einen **Online-Vortrag** via ZOOM zum Thema „**Medikamente im Alter**“ anbieten. Nähere Informationen finden Sie kurz vorher auf der Homepage der Alzheimer Gesellschaft Augsburg e. V. www.alzheimer-augsburg.de

(Quelle: Newsletter 2/2021 der Fachstelle f. pflegende Angehörige Aichach-Friedberg)

7. Spaziergänge für Senioren und Menschen mit Demenz

Die Alzheimer Gesellschaft Augsburg in Kooperation mit der Fachstelle für Seniorenarbeit der Stadt Augsburg startet wieder ihr beliebtes Wanderprogramm „Unterwegs – ein Spaziergang für Senioren und Menschen mit Demenz“.

Auf dem Programm stehen wieder Ausflüge zu bekannten und beliebten Zielen.
Bitte beachten Sie, dass eine Anmeldung zwingend erforderlich ist.

Alle weiteren Informationen entnehmen Sie bitte beiliegendem Informationsblatt, welches auch alle Ziele und Wegstrecken enthält, oder [hier](#)

So erreichen Sie uns

So erreichen Sie die Fachstellen für pflegende Angehörige im Stadtgebiet Augsburg:

für die **Sozialregion Nord-West:**



Kirchbergstr. 17
86157 Augsburg
Tel. 0821 / 450 770-156
angehoerigenberatung@awo-augsburg.de

für die **Sozialregion Ost:**



Neuburger Str. 45
86167 Augsburg
Tel. 0821 / 720 55 -18
ivan.derkac@sozialstation-lechhausen.de

für die **Sozialregionen Mitte und Süd:**



Werner-von-Siemens-Str. 10
86159 Augsburg
Tel. 0821 / 25850 -58
pflegende-angehoerige@malteser.org

Die Fachstellen für pflegende Angehörige sind gefördert durch:

gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege



und die Stadt Augsburg

Quellen:

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

Sie möchten unseren Infobrief abbestellen?

Sie möchten unseren Info-Brief und auch keine weiteren Informationen mehr erhalten oder wurden fälschlicherweise in unseren Verteiler aufgenommen?

Dann senden Sie uns bitte eine kurze Nachricht an die E-Mailadresse, von der Sie den Infobrief erhalten haben, im Zweifelsfall an angehoerigenberatung@awo-augsburg.de