

## Themen in diesem Newsletter



Informationen FDuP



Informationen StMGP und LfP



Termine und Veranstaltungen



Demenz



AUA



Beratung in der Pflege



Interessantes



## Informationen aus Ihrer Fachstelle für Demenz und Pflege

Wie immer an dieser Stelle beginnt der Newsletter mit einem Projekt aus dem Bereich unserer Trägerkommunen. Diesmal stellt Brigitte Nürnberger, Seniorenbeauftragte der Stadt Bayreuth, die [Mobile Seniorenberatung](#) vor:

Es ist nicht üblich, dass es in einem Rathaus ein eigenes Seniorenamt gibt. Die Stadt Bayreuth hatte bereits 1991 mit ihrer Entscheidung zur Schaffung eines eigenen Seniorenamtes das Ziel verknüpft, eine zentrale Anlaufstelle für Altersfragen anzubieten. Die Bayreuther Seniorenpolitik plante im Jahr 2002, eine Beratungsstelle als Beitrag zu mehr Lebensqualität im Alter zu schaffen. So wurde damals mit der Hans und Emma Nützel Altenstiftung als Kooperationspartner die Mobile Seniorenberatung ins Leben gerufen und seither wird ein zugehendes Konzept der Beratung für Bayreuther Senioren umgesetzt.

Die Mobile Seniorenberatung ist ein Hilfsangebot für in Bayreuth lebende ältere Menschen, die sich auf Grund von psychischen Erkrankungen, z.B. Demenz, Altersdepression oder Psychosen in einer Krisensituation befinden und ihren Alltag nicht mehr selbstständig bewältigen können. Ziel der Beratungsstelle ist es, durch Unterstützung älterer Menschen den Verbleib in der vertrauten Umgebung zu ermöglichen. Der Satz „ambulant vor stationär“, der die humanitäre Einstellung der Gesellschaft alten und kranken Menschen gegenüber und der sozialen Arbeit für sie widerspiegelt, wurde über Jahre als wichtiges Ziel der Tätigkeit der Beratungsstelle verfolgt. Ob Personen mit ihrem Alltag und der Haushaltsführung überfordert sind, an Demenz oder psychischen Erkrankungen leiden – die Mobile Seniorenberatung unterstützt ältere Menschen und deren Angehörige in schwierigen Lebenslagen. Stets gehen die Beraterinnen auf die individuelle Lebenssituation ein. Der überwiegende Teil der Beratungsgespräche findet in der häuslichen Umgebung der Klient\*innen statt. Gemeinsam werden Perspektiven entwickelt und konkrete Hilfestellungen angeboten.

Seit November 2015 wird das Konzept der Mobilen Seniorenberatung um das Projekt „Präventive Hausbesuche für Bayreuther Senioren“ erweitert. Ziel ist es, die Möglichkeiten präventiver Beratung zur Erhaltung und Förderung einer guten Lebensqualität im Alter zu erproben. Das Bayreuther Konzept folgt einem ganzheitlichen Beratungsansatz, wie er bereits durch die Landeshauptstadt München initiiert wurde.

Der Wunsch der überwiegend alleine lebenden Menschen ist es, so lange wie möglich gut versorgt im eigenen Zuhause bleiben zu können. Hier setzt der Präventive Hausbesuch an. Die Beratung umfasst alle seniorenrelevanten Themen wie Gesundheit, Pflege und Versorgung, Wohnen, Finanzen, Freizeitgestaltung sowie die Teilhabe am sozialen und gesellschaftlichen Leben. Durch die Unterstützung sowie die Organisation von Hilfen in den jeweiligen Bereichen ist dies in den meisten Fällen auch realisierbar.

Aufgrund der zunehmenden Engpässe bei Pflegediensten und den zur Verfügung stehenden Heimplätzen wird die Beratung und Begleitung von Menschen im Vorfeld einer Verschlechterung der Gesamtsituation immer wichtiger. Die Zahl der Ratsuchenden hat sich in den letzten Jahren kontinuierlich gesteigert. Zunehmend erreichen die Beratungsstelle auch Anfragen von Menschen, die im Umland leben und aufgrund der dort problematischen Versorgungslage nach Bayreuth ziehen möchten.

Um das Angebot des Präventiven Hausbesuches möglichst allen Senior\*innen der Stadt Bayreuth zugänglich zu machen, werden jährlich aus einem vorher festgelegten Stadtgebiet alle Bewohner über 65 Jahre persönlich angeschrieben. Ein multiprofessionelles Team steht für die Beratungsdienste Mobile Seniorenberatung mit 1,5 Vollzeitstellen und Präventiver Hausbesuch mit 0,5 Vollzeitstellen zur Verfügung. Die Hans und Emma Nützel Altenstiftung finanziert für beide Beratungsdienste anteilig Sach- und Personalaufwendungen.

*Text: Brigitte Nürnberger, Stadt Bayreuth*



## Informationen aus StMGP und LfP

Aktuelle **rechtliche Informationen** hinsichtlich der Corona-Pandemie für Träger\*innen von Angeboten zur Unterstützung im Alltag, Fachstellen für pflegende Angehörige und Pflegestützpunkte finden sich gesammelt auf unserer [Homepage](#).

Am 31.12.2021 endet die Abgabefrist der **Förderanträge** für das Jahr 2022 für Pflegestützpunkte, Fachstellen für pflegende Angehörige und Anbieter von Angeboten zur Unterstützung im Alltag. Bitte reichen Sie die Anträge beim Landesamt für Pflege (LfP) schriftlich oder per Fax ein. Anträge, die per E-Mail eingehen, können nicht berücksichtigt werden. Verwenden Sie bitte die aktuellen Formulare: [Pflegestützpunkte](#), [Fachstellen für pflegende Angehörige](#), [Angebote zur Unterstützung im Alltag](#). Für die beiden letzteren steht auch eine neue [Ausfüllhilfe](#) zur Verfügung.



## Termine und Veranstaltungen

Bitte tragen Sie Ihre Veranstaltungen in unseren [Veranstaltungskalender](#) ein!

24.-31.12.2021	Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken geschlossen
25.01.2022, 10.00-11.30 Uhr	Vernetzungstreffen der oberfränkischen <b>Behindertenbeauftragten</b>
04.02.2022, 09.00-16.00 Uhr	Online-Schulung „ <b>Ehrenamtlich tätige Einzelperson § 82 AVSG</b> “
22.02.2022, 17.00-18.00 Uhr	Online-Austauschtreffen <b>ehrenamtlich tätiger Einzelpersonen</b>
23.02.2022, 9.30-11.30 Uhr	Online-Austauschtreffen der <b>Fachstellen für pflegende Angehörige / Werkstattgespräch für die Anbieter von AUA</b>
07.04.2022, 9.30-11.30 Uhr	Treffen der oberfränkischen <b>Seniorenverantwortlichen</b>
16.-25.09.2022	<b>Demenzwoche 2022</b> In Oberfranken unter dem Themenschwerpunkt „Demenz und Musik“ (s.u.)

Anmeldung für oben stehende Veranstaltungen: E-Mail [info@demenz-pflege-oberfranken.de](mailto:info@demenz-pflege-oberfranken.de), Tel. 0951 / 700 36 0 82



**Vorankündigung:** Die Fachstelle Demenz und Pflege Oberfranken plant die **Bayerische Demenzwoche 2022** oberfrankenweit unter den Schwerpunkt „Demenz und Musik“ zu stellen. Dafür werden musikalische Partner, etwa Chöre, Orchester, Ensembles, Kapellen etc. gesucht, die bereit sind, im Zeitraum vom 16. bis 25. September 2022 ein Konzert zu geben, das sich speziell an den Bedürfnissen von Menschen mit Demenz ausrichtet, z.B. bei der Stück- oder Raumauswahl. Die Fachstelle steht hierfür beratend sowie mit einer schriftlichen Handreichung zur Seite. Auch bei der Bewerbung und Terminkoordination unterstützt die Fachstelle. Interessierte Musiker\*innen sind aufgerufen, sich schon jetzt zu melden unter [info@demenz-pflege-oberfranken.de](mailto:info@demenz-pflege-oberfranken.de) oder Tel. 0951 / 700 36 0 82!



## Informationen im Bereich Demenz

Der Förderschwerpunkt für den **Bayerischen Demenzfonds** wird auch im kommenden Jahr „Teilhabe“ sein. Projekte, die sich also insbesondere der Teilhabe von Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen widmen, können zum 30.06. oder 31.12.2022 eine Förderung beantragen. Die Fördersumme beträgt zwischen 2.000 und 10.000€ über einen Zeitraum von bis zu einem Jahr. 10 Prozent Eigenmittel sind erforderlich und das Projekt darf noch nicht begonnen haben. Gefördert werden v.a. ehrenamtliche und integrative Projekte.

„**Demenz neu sehen**“ ist der Titel des **Fotowettbewerbs** von Desideria Care e.V. Negativ behaftet ist das Thema Demenz in der Öffentlichkeit mit Ängsten, Unsicherheit und Scham. Dass es aber auch positive Momente in diesem Lebensabschnitt gibt, stellen Medien kaum dar. Der Wettbewerb möchte dies ändern und lädt Profis, Nachwuchs- und Hobbyfotograf\*innen dazu ein, mit an Demenz erkrankten Menschen positive Erlebnisse fotografisch festzuhalten und die Aufnahmen einzureichen. So kann ein Bewusstseinswandel in Presse und Öffentlichkeit angestoßen werden. Einsendeschluss ist der 15.06.2022.

## Informationen im Bereich Demenz (Fortsetzung)



Dass Höreinschränkungen im Alter das Risiko für Demenz erhöhen, ist bereits bekannt. Dass auch ein Zusammenhang zwischen **Seheinschränkungen** und Demenz besteht, zeigt nun eine Langzeitstudie mit 5.500 Proband\*innen. Studienteilnehmende, die sich einer Operation aufgrund ihres Grauen Stars unterzogen, erkrankten seltener an Demenz als Senior\*innen, die sich keiner Augenoperation unterzogen. Als eine wahrscheinliche Ursache dieses Zusammenhangs wird angenommen, dass Seheinschränkungen zu sozialem Rückzug und weniger körperlicher Betätigung führen. Beides erhöht das Risiko einer Demenz. Außerdem nimmt mit dem Grauen Star die Weiterleitung neuronaler Impulse zum Gehirn generell ab. Der Verdacht, dass eingeschränkte Sinneswahrnehmungen mit einem erhöhten Demenzrisiko einhergehen, verstärkt sich durch die Studie. Vermutlich erhöht das verminderte Kontrastsehen aufgrund des Grauen Stars auch die Neigung zu Depressionen, welche wiederum das Entstehen einer Demenz begünstigen. Ebenfalls eine Erhöhung des Demenzrisikos bewirkt eine vergleichsweise kurze **Schlafdauer** von unter sechs Stunden pro Nacht. In einer weiteren Studie betrachtet wurden 50- bis 70-Jährige. Das spätere Demenzrisiko ist um 30 Prozent höher, wenn in diesen Lebensabschnitten die Schlafdauer gering ist. Zu diesem Ergebnis kam ein internationales Forschungsteam, das die Daten von knapp 8.000 Studienteilnehmer\*innen auswertete.



„Kompetenzen von Menschen mit Demenz erhalten – Berührungsängste und Tabus in der Gesellschaft abbauen – sozialen Rückzug und Ausgrenzung Betroffener verhindern – psychische Belastung verringern!“ Diese Ziele verfolgt das Modellprojekt **"Sport und Bewegung trotz(t) Demenz"** der Deutschen Alzheimer Gesellschaft Landesverband Bayern e.V. Selbsthilfe Demenz, welches in die nächste Runde geht. Ab Januar werden wieder Seminare für Kursleiter\*innen sowie Refresher-Kurse angeboten. In 40 Fortbildungseinheiten werden angehende Übungsleiter\*innen und Fachkräfte der sozialen Arbeit auf die Leitung von Bewegungs- und Sportgruppen vorbereitet.

Die geschulten Teilnehmer\*innen sollen nach der Schulung Angebote aufbauen und leiten. Das Angebot richtet sich an Teilnehmende sowohl aus dem Seniorensport als auch dem Pflege-/Betreuungsbereich oder anderweitig interessierte Personen.

Für bereits ausgebildete Kursleiter\*innen finden in jeweils zwei Tageslehrgängen Refresher-Seminare mit acht Einheiten statt. Die Refresher-Kurse dienen dazu, bisherige Erkenntnisse weiterzugeben, neue praktische Bewegungsinhalte zu vermitteln und sich mit anderen, ausgebildeten Kursleitungen auszutauschen.

Weitere Informationen finden Sie unter [Termine und Anmeldung](#).



## Informationen im Bereich AUA

Seit Anfang 2021 besteht für Privatpersonen die Möglichkeit, sich als **„ehrenamtlich tätige Einzelperson“** registrieren zu lassen und für die Unterstützung eines\*r Pflegebedürftigen, eine Aufwandsentschädigung zu erhalten. Nach einem Jahr der in Bayern neuen „Ehrenamtlich tätige Einzelperson“ hat uns Sylvia Teichmann einige Fragen beantwortet. Sie ist seit April registriert und engagiert. Sie gibt Einblick in ihre Tätigkeit:

*Frau Teichmann, wie sind Sie zu Ihrer Tätigkeit als ehrenamtliche Einzelperson gekommen?*

Das war reiner Zufall. Ich war sowieso auf der Suche nach einem weiteren Betätigungsfeld neben meinem Vollzeitjob. Das Kind wird größer und damit gibt es ein bisschen zeitlichen Spielraum. Da ist mir die Annonce im Wochenblatt ins Auge gesprungen, dass jemand Hilfe im Haushalt sucht. So bin ich zu der Dame gekommen, die ich unterstütze.

*Wie sind Sie der Dame behilflich?*

Das ist unterschiedlich, je nachdem, was gerade anfällt und was der Dame am wichtigsten ist. Mal sind es Reinigungstätigkeiten wie Fenster putzen oder Böden wischen, mal den Kühlschrank aussortieren, oft aber auch einfache Gespräche oder spazieren gehen. Zum raus gehen muss ich sie immer etwas motivieren, aber es tut ihr gut, mal was anderes zu sehen. Meistens sind wir da ganz spontan. Manchmal mag sie aktuelle Probleme besprechen oder auch persönliche Dinge erzählen. Mittlerweile haben wir einen guten Draht zueinander.

*Wie oft sind Sie dort? Haben Sie feste Tage?*

Meistens bin ich am Wochenende dort, weil ich unter der Woche Vollzeit arbeite... so oft es eben geht und ich gebraucht werde. So im Durchschnitt werden das zehn Stunden in der Woche sein. Wir machen das immer für das nächste Mal aus. Wir wohnen ungefähr sechs Kilometer auseinander, deswegen bin ich schnell da.



## Informationen im Bereich AUA (Fortsetzung)

*Sie haben im Oktober an der Präsenzschiilung der Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken teilgenommen. War diese hilfreich für Sie?*

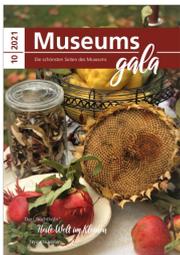
Auf jeden Fall. Seinen Horizont zu erweitern, ist immer gut, obwohl mich das Thema Demenz aktuell nicht betrifft. Aber man weiß ja nie... Und auch wenn ich Ersthelferin in meinem Betrieb bin, war die Erste-Hilfe-Auffrischung gut nochmal zu hören. Leider ist der Austausch der Helfer untereinander etwas kurz gekommen. Gruppenarbeiten oder dass man Situationen durchspielt, hätte ich mir vielleicht gewünscht. Evtl. was zum Thema Motivieren.

*Was würden Sie Anderen mit auf den Weg, die noch am Überlegen sind, sich auch ehrenamtlich zu engagieren?*

Sich einfach ran wagen, die Sache auf sich zukommen lassen und offen sein. Man nimmt selber so viel mit, wenn man sieht, wie man anderen eine Freude machen kann. Ich bringe meiner Dame manchmal was mit, zum Beispiel selbst gemachte Marmelade. Darüber freut sie sich immer.

*Vielen Dank, Frau Teichmann, für das Interview!*

Ab dem Jahr 2022 kann die Registrierung „[ehrenamtlich tätiger Einzelpersonen](#)“ erst nach einer Schulung erfolgen – falls notwendig. Die nächste Schulung durch die Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken findet am 4. Februar 2022 online statt. [Weitere Termine](#) stehen durch die Fachstellen in den anderen Regierungsbezirken zur Verfügung.



Der Bezirk Oberfranken gibt monatlich die Zeitschrift „[Museums gala](#)“ heraus. Darin stellen sieben oberfränkische Museen sowie die Trachtenberatung ausgewählte Exponate vor. Kurze prägnante Texte und Impulsfragen geben Anlass zu Gesprächen und wecken Erinnerungen bei denjenigen, die selbst nicht mehr Museen besuchen können. Obwohl ursprünglich für den stationären Bereich gedacht, darf die Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken die Zeitschrift auch an Ehrenamtliche weitergeben, die kulturell interessierte Senior\*innen in der Häuslichkeit betreuen. Sollten Sie Interesse an der Museums gala ab Januar haben, schreiben Sie bitte an [info@demenz-pflege-oberfranken.de](mailto:info@demenz-pflege-oberfranken.de).

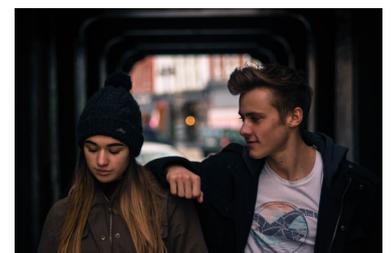


## Informationen im Bereich Beratung in der Pflege

Ursprünglich für Menschen mit Lernschwierigkeiten entwickelt, zeichnet sich [Leichte Sprache](#) besonders durch einfache Verständlichkeit aus. Ein umfassendes Regelwerk verdeutlicht die Erfordernisse, beispielsweise kurze Sätze, die Strukturierung des Inhalts und den Verzicht auf Fremd- und Sprichwörter. Leichte Sprache hat nicht den Anspruch eine schöne Sprache zu sein. Prüfer\*innen entscheiden, ob ein Text wirklich verständlich ist. Viele Elemente der Leichten Sprachen finden sich auch in der [Einfachen Sprache](#) wieder – einer weniger reglementierten, aber vereinfachten Version der Standardsprache. Beide Sprach- und Schreibstile sind ein Beitrag zu mehr Barrierefreiheit, der Menschen mit funktionalem Analphabetismus – immerhin 7,5 Millionen in Deutschland, Leseschwäche, beginnender Demenz oder Nicht-Muttersprachlern zugute kommt.

Wir möchten im Sinne von mehr [Barrierefreiheit](#) Beratungsstellen und andere Institutionen dazu aufrufen, ihre Flyer, Homepages, Einladungen, Veranstaltungen etc. in Leichter oder zumindest Einfacher Sprache zu verfassen. Beispiele und Tipps für hilfreiche Broschüren erhalten Sie bei der [Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken](#).

Kinder und Jugendliche, die regelmäßig kranken Familienmitgliedern helfen oder diese pflegen, werden im Englischen „[Young Carers](#)“ genannt, zu Deutsch „Kinder und Jugendliche mit Pflegeverantwortung“. In der Gruppe der 10- bis 19-Jährigen übernehmen etwa fünf bis sechs Prozent pflegerische Tätigkeiten. In jeder Schulklasse sind also ein bis zwei Kinder, die sich intensiv um ein Familienmitglied kümmern. Häufig wissen sie nichts voneinander und fühlen sich allein in ihrer Situation. Die Initiative „[Young Helping Hands](#)“ nimmt sich dieser Problematik an. Sie ist Anlaufstelle für Betroffene, aber auch Interessierte, z.B. pädagogische Fachkräfte, leistet Aufklärungsarbeit und betreibt Prävention.



Ein weiteres [Portal](#), wo sich junge Pflegenden Hilfe und Tipps holen können, wurde von der Unterfränkin Lana Rebhan gegründet, die selbst ihren Vater pflegt. Eine, die auch zu den Young Carers gehört, weil sie mit ihrem Vater in einer inklusiven WG lebt, ist Sofia Jüngling aus Österreich. Die „Demenzfluencerin“ gewährt interessante Einblicke in ihrer beider Leben auf [Instagram](#).



## Interessantes

Gute Ideen brauchen eine sichere Finanzierung. Ein Ansatz für die Finanzierung sind Stiftungsgelder. Viele **Stiftungen** agieren fachbezogen und stellen auf entsprechenden Antrag auch für den Bereich „Gesundheit und Pflege“ Stiftungsmittel zur Verfügung. Ratsam ist es immer, zuerst nach lokalen Stiftungen zu suchen. Hilfreich kann dafür die zuständige Stelle für die regionale Stiftungsverwaltung sein. Darüber hinaus gibt es sowohl in Bayern als auch auf Bundesebene ein sogenanntes Stiftungsverzeichnis:

Das [Bayerische Landesamt für Statistik](#) bietet ein Verzeichnis der rechtsfähigen Stiftungen mit Sitz in Bayern. In der Online-Datenbank kann über Freitext- und Filter-Suche recherchiert werden.

Auf der Homepage des [Bundesverbandes Deutscher Stiftungen](#) sind in einer Internetdatenbank mehr als 12.000 Stiftungseinträge frei zugänglich. Sie können nach Stichwort, Ort oder Bundesland gefiltert werden.



**Bewegung** ist ein wichtiger Faktor, um die geistige und körperliche Gesundheit zu erhalten. Sie steigert das Wohlbefinden und kräftigt das Immunsystem. Die praktischen Übungen der [Bewegungspackung](#) der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung können in den Alltag integriert und überall alleine, zu zweit oder in der Gruppe durchgeführt werden. Die Bewegungskarten können online heruntergeladen oder im witzigen Medikamentenschachtel-Design in der [Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken](#) kostenlos angefragt werden. Speziell für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen entwickelten die Uni Hamburg und das Kompetenzzentrum Demenz in Schleswig-Holstein die Broschüre „[Bewegen nicht vergessen!](#)“. Die Übungen zielen darauf ab, Alltagskompetenzen länger zu erhalten. Auch diese Broschüre kann kostenlos [heruntergeladen](#) oder für einen Betrag von 4,95€ in gedruckter Version gekauft werden.



*“Freuen wir uns darauf, wie wir uns freuen, wenn uns ein Kind geboren wird.  
Lachen wir es an, das neue Jahr, lächeln wir ihm zu!”  
Charles Dickens*

Dem Augenblick immer etwas Positives abzugewinnen, ist manchmal und derzeit besonders nicht immer leicht. Umso freudiger blicken wir dem neuen Jahr entgegen. Das Team der Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken wünscht Ihnen und Ihren Familien eine angenehme Weihnachtszeit und einen guten Start in ein neues Jahr, das uns allen hoffentlich viel Freude und Lachen bringen mag.

Festhalten,  
  
was verbindet.  
Bayerische Demenzstrategie

Fachstelle für Demenz und Pflege  
Oberfranken

Hauptstelle Bamberg  
Tel. 0951 / 700 36 0 82

Außenstelle Hof  
Tel. 09281 / 57 500

[info@demenz-pflege-oberfranken.de](mailto:info@demenz-pflege-oberfranken.de)  
[www.demenz-pflege-oberfranken.de](http://www.demenz-pflege-oberfranken.de)

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.

Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege



Projekträger:



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

Bildnachweis: istock, pexels, pixabay, privat