

# DEMENZ

Leben mit dem Vergessen



EIN RATGEBER FÜR BETROFFENE UND ANGEHÖRIGE  
DACHAU

 SingLiesel

In Kooperation mit dem Landkreis Dachau





### Diagnose Demenz - wir sind für Sie da!

Wer mit der Diagnose Demenz konfrontiert wird, hat viele Fragen.  
Wir beraten, begleiten, unterstützen und entlasten Sie und Ihre Angehörigen.

Ansprechpartner finden Sie im Adressteil dieser Broschüre.  
Wir sind im gesamten Landkreis Dachau für Sie da und freuen uns auf Ihren Anruf.

Seniordienste Caritas-Zentrum Dachau  
Tel. 08131 - 298 1400

Unsere Angebote und Leistungen finden Sie auch auf unseren Internetseiten.  
[www.caritas-dachau.de](http://www.caritas-dachau.de)  
[www.caritas-altenheim-dachau.de](http://www.caritas-altenheim-dachau.de)  
[www.caritas-altenheim-karlsfeld.de](http://www.caritas-altenheim-karlsfeld.de)

*Mein Leben*  
im Alter



„Demenz:  
und jeder Tag  
ist neu ...“

Was ist Demenz? Wo fängt sie an? Ab wann kann man von Demenz sprechen?  
Die medizinische Seite ist die eine, die Alltagsbewältigung die andere.

Jeder Betroffene hat seine eigene Demenz, und Demenz ist nicht jeden Tag gleich.  
Sie beginnt nicht schlagartig, sie ist für Angehörige und Betroffene nicht leicht zu erkennen. Oftmals kann man erst im Nachhinein sagen: Ja, damals hatte es wohl schon begonnen, aber wir konnten es natürlich nicht wissen.

Demenz schleicht sich in den Alltag, zunächst unbemerkt – und plötzlich ist nichts mehr planbar, obwohl gerade jetzt immer mehr geplant werden muss. Ob als Betroffener oder als Angehöriger.

Um Sie in dieser Situation zu unterstützen, haben wir gemeinsam mit Angehörigen und Experten diesen Ratgeber Demenz entwickelt.

*Annette Röser*

Annette Röser  
Herausgeberin

Begegnen

Beraten

Unterstützen

Betreuen

Wohnen

Pflegen

Mitwirken

# GRUSSWORT



## *Liebe Leserinnen und Leser,*

wir sind eine älter werdende Gesellschaft – und damit nimmt auch die Zahl der dementiell erkrankten Personen zu. Die Diagnose „Demenz“ ist erst einmal für die Betroffenen und Angehörigen ein Schock. Die Unsicherheit verwandelt sich schnell in Angst und deshalb ist es besonders wichtig, immer wieder Aufklärung, Unterstützung, Beratung und Hilfe anzubieten – niemand muss sich mit einer solchen Diagnose verstecken, niemand soll alleine bleiben.

In Bayern leben derzeit mehr als 240.000 Menschen mit einer Demenzerkrankung und in der Altersgruppe der über 90-Jährigen weist heute schon mehr als jeder Dritte demenzielle Symptome auf. Doch vor welche Herausforderungen stellt uns das Leben mit Demenz? Der Landkreis Dachau sieht sich hier gefordert, gut auf die Entwicklung vorbereitet zu sein und Maßnahmen zu planen

Mit dem Projekt „Lokale Allianz für Menschen mit Demenz“ von 2015-2017 haben wir uns verstärkt dem Thema angenommen. In Zusammenarbeit mit Fachstellen und Kooperationspartnern im Landkreis wurde ein Handlungskonzept Demenz erarbeitet und das Netzwerk der Unterstützung für Betroffene und Angehörige wurde enger geknüpft.

Demenz geht uns alle an! Unser Ziel muss es sein, die Versorgung der Erkrankten und die Unterstützung ihrer Angehörigen zu verbessern sowie das Hilfenetzwerk transparent zu gestalten.

Diese Broschüre bietet betroffenen und interessierten Bürgerinnen und Bürgern erste kompetente Informationen zum Thema Demenz und gibt einen Überblick über hilfreiche Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten des Landkreises.

Stefan Löwl  
Landrat

# INHALT

VORWORT .....	1	3.4 Technische Hilfen .....	33
GRUSSWORT .....	2	3.5 Freizeitangebote für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen .....	33
<b>1 DEMENZ – WAS BEDEUTET DAS EIGENTLICH?</b>		3.6 Ambulant betreute Wohngemeinschaften .....	34
1.1 Was ist eine Demenz? .....	5	3.7 Stationäre Pflege .....	34
1.2 Demenzerkrankungen .....	6	3.8 Mein Angehöriger mit Demenz muss ins Krankenhaus – was tun? .....	35
1.3 Wie sieht der Krankheitsverlauf der Demenz aus? .....	7	3.9 Rehabilitation .....	36
1.4 Häufige Fragen zu Demenzerkrankungen .....	8	3.10 Beratung im Internet .....	36
1.5 Die ersten Anzeichen einer Demenz .....	10	<b>4 FINANZIERUNGSMÖGLICHKEITEN</b>	
1.6 Soll ich zum Arzt gehen? .....	10	4.1 Leistungen der Pflegeversicherung .....	38
<b>2 LEBEN MIT DEMENZ</b>		4.2 Leistungen der Krankenkasse .....	39
2.1 Was kann ich als Betroffener tun? .....	12	4.3 Leistungen der Sozialhilfe .....	39
2.2 Für Angehörige: Menschen mit Demenz besser verstehen .....	12	4.4 Schwerbehindertenausweis .....	40
2.3 Empfehlungen für den Umgang mit Menschen mit Demenz .....	13	4.5 Ansprüche berufstätiger pflegender Angehöriger .....	40
2.4 Empfehlungen zum Alltag mit Demenz .....	16	<b>5 RECHTLICHE FRAGEN</b>	
2.5 Leben mit Demenz – 10 Ratschläge für Angehörige .....	18	5.1 Rechtliche Betreuung .....	41
<b>3 HILFE UND UNTERSTÜTZUNG</b>		5.2 Vorsorgemöglichkeiten .....	42
3.1 Beratungsangebote und Anlaufstellen .....	20	5.3 Risiko und Haftung .....	43
3.2 Diagnose und Therapie .....	23	<b>LITERATURTIPPS .....</b>	<b>45</b>
3.3 Hilfen für die Pflege und Betreuung daheim .....	25		



## 1 DEMENZ – WAS BEDEUTET DAS EIGENTLICH?

### 1.1 WAS IST EINE DEMENZ?

Derzeit leiden in Deutschland etwa 1,6 Millionen Menschen an Demenz – Tendenz steigend. Demenzen treten überwiegend in der zweiten Lebenshälfte auf. Ihre Häufigkeit nimmt mit steigendem Lebensalter zu: von weniger als einem Prozent bei den 60jährigen bis 40 Prozent bei den über 90jährigen.

Aber Demenz ist nicht gleich Demenz. Die Krankheit kann unterschiedlich verlaufen. Man spricht von einer Demenz, wenn die folgende Krankheitszeichen auftreten:

- Gedächtnisstörungen
- Probleme mit der Orientierung (Beispiel: Jemand weiß nicht mehr, welches Jahr gerade ist, oder findet sich in der räumlichen Umwelt immer weniger zurecht.)
- Probleme, Situationen richtig zu beurteilen (Beispiel: Im Winter mit Sommerkleidung nach draußen gehen.)
- Probleme, Handlungen zu planen (Beispiel: Jemand zieht seine Kleidung in einer anderen als der richtigen Reihenfolge an.)

Häufig werden Demenzsymptome erst nach einer Weile erkannt: zunächst denkt man vielleicht, die Probleme sind Folgen von Arbeitsbelastung oder hängen mit dem Alter zusammen. Doch irgendwann reift beim Betroffenen selbst oder bei Angehörigen die Erkenntnis: Da stimmt etwas nicht!

## 1.2 DEMENZERKRANKUNGEN

Es gibt verschiedene Erkrankungen, die Demenzsymptome hervorrufen. Überwiegend sind es Erkrankungsprozesse im Gehirn selbst.

Die häufigste Demenzform ist die sogenannte Alzheimerkrankheit, gefolgt von der vaskulären Demenz. Diese beiden Demenzformen, die auch in Kombination auftreten können, machen etwa 95% der Demenzerkrankungen aus.

Demenzsymptome können auch durch Hirntumore ausgelöst werden, oder durch andere fortschreitende Gehirnerkrankungen. So kann eine Demenz beispielsweise im Endstadium einer Parkinsonerkrankung auftreten. Demenzsymptome treten manchmal auch als Begleiterscheinungen einer Depression auf. Wird dies nicht erkannt, so unterbleiben wichtige Schritte zur Behandlung.

Die Vielfalt möglicher Ursachen einer Demenz macht sehr deutlich, wie wichtig es ist, eine sorgfältige Diagnostik durchzuführen!

### Die Alzheimerdemenz

Die Alzheimerdemenz ist nach dem bayrischen Nervenarzt Alois Alzheimer benannt, der sie Anfang des 20. Jahrhunderts erstmals als eigenständige Erkrankung beschrieben hat.

Bei dieser Krankheit kommt es im Gehirn zu Ablagerungen von schädlichen Abbaustoffen, sogenannten „Plaques“ und „Neurofibrillen“. In der Folge sterben Nervenzellen ab, und auch die Kontakte zwischen Nervenzellen werden mehr und mehr zerstört. Außerdem



ist ein wichtiger Botenstoff zur Informationsübertragung zwischen Nervenzellen, das Acetylcholin, reduziert.

Man weiß bis heute noch nicht, wodurch die Alzheimerkrankheit ausgelöst wird. Sie beginnt schon viele Jahre, bevor sich die ersten Symptome bemerkbar machen.

Die Alzheimerforschung sucht seit vielen Jahren nach Möglichkeiten, die Erkrankung zu verhindern oder zu behandeln. Die bisherigen Ergebnisse machen Hoffnung darauf, dass dies eines Tages gelingen kann. Wie lange es bis dahin noch dauert, ist allerdings offen.

### Die gefäßbedingten (vaskulären) Demenzen

Die zweithäufigste Gruppe der Demenzerkrankungen sind die vaskulären Demenzen. Bei diesen Demenzen entstehen die Hirnschäden durch kleinere oder größere Schlaganfälle: Eine oder mehrere Hirnregionen sind nicht ausreichend durchblutet, in der Folge sterben Nervenzellen ab.

### Weitere Demenzerkrankungen

Die übrigen Demenzformen, wie z.B. die frontotemporale Demenz, sind selten und machen nur 5% der Demenzen aus. Sie können in

relativ frühem Alter auftreten (bei Personen, die jünger sind als 60 Jahre). Und es können untypische Symptome auftreten, bei denen man nicht sofort an eine Demenzerkrankung als Ursache denkt.

## 1.3 WIE SIEHT DER KRANKHEITS-VERLAUF DER DEMENZ AUS?

Demenzerkrankungen wie die Alzheimerdemenz und die vaskuläre Demenz können bislang nicht geheilt werden. Die Veränderungen und der gesamte Verlauf sind bei jedem Patienten ein bisschen anders. Trotzdem hat es sich bewährt, den Verlauf in drei Stadien einzuteilen:

### Frühes Stadium

Der Veränderungen beginnen häufig mit Störungen des Kurzzeitgedächtnisses. Der betroffene Mensch kann sich beispielsweise schon nach kurzer Zeit nicht mehr an Gespräche, Handlungen oder eigene Überlegungen erinnern. Fragen wiederholen sich, Vereinbarungen werden vergessen. Erinnerungen an länger zurückliegende Ereignisse sind dagegen noch gut erhalten. Zugleich bestehen häufig Schwierigkeiten, eigene Überlegungen und Wahrnehmungen in einen sinnvollen Zusammenhang zu bringen: Manche Bemerkung des Betroffenen kommt dem Anderen seltsam vor, nicht zur Situation passend oder schlicht unverständlich. Anspruchsvolle Tätigkeiten werden schwieriger.

Was von außen betrachtet wie Schusseligkeit oder Nachlässigkeit aussehen mag, ist in Wahrheit die Unfähigkeit betroffener Menschen, sich die unzähligen Einzelschritte ins Gedächtnis zu rufen, aus denen komplexe Arbeiten wie beispielsweise das Zubereiten einer Mahlzeit bestehen.

Es zeigen sich erste Probleme mit der Sprache: Betroffene haben zunehmend Schwierigkeiten, die richtigen Wörter zu finden,

die Sprache wird einfacher. Und es fällt zunehmend schwerer, einem Gespräch zu folgen, besonders, wenn mehrere Menschen daran beteiligt sind und es im Gespräch hin und her geht.

### Mittleres Stadium

Die Gedächtnisprobleme nehmen zu. Betroffene finden sich auch in vertrauter Umgebung immer weniger zurecht.

Die Beeinträchtigungen führen dazu, dass Menschen mit Demenz zunehmend die Kontrolle über ihr Leben verlieren. Dies geht häufig einher mit der Kontrolle über ihre Gefühle. Diese werden dann unter Umständen viel unmittelbarer zum Ausdruck gebracht, als man dies von der Person früher kannte. So zum Beispiel durch plötzliches Weinen oder einen Wutausbruch. In dieser Phase der Demenz können Verhaltensweisen wie Unruhe, Störungen des Tag-Nacht-Rhythmus oder aggressives Verhalten auftreten.



www.sparkasse-dachau.de

Wenn man genau weiß, welche Lösung bei familiären Veränderungen die richtige ist. Wir beraten Sie gern.



Körperliche Funktionen sind meist noch nicht eingeschränkt, es kann aber zu Harn- und Stuhlinkontinenz kommen, weil Betroffene zu spät merken, dass sie zur Toilette müssen, oder den Weg dorthin nicht mehr finden.

### Spätes Stadium

In dieser Phase sind betroffene Menschen in nahezu allen Aktivitäten des Alltags auf Hilfe angewiesen. Erinnerungen sind nur noch lückenhaft vorhanden. Selbst nahestehende Personen werden nicht immer erkannt. Die Sprache kann ganz verloren gegangen oder auf wenige Worte reduziert sein.

Auch die körperlichen Funktionen können jetzt beeinträchtigt sein: Gangstörungen treten auf, es kommt zu Stürzen, der Betroffene benötigt einen Rollstuhl oder liegt mehr und mehr im Bett. Im letzten Stadium können Schluckstörungen und Krampfanfälle hinzukommen.

Trotzdem bleibt die Gefühlsebene bei Menschen mit Demenz intakt. Selbst in dieser Phase können Menschen mit Demenz über nicht-sprachliche Kommunikation (Blickkontakt, Gesten, Berührung) erreicht werden. Eine Angehörige hat es einmal so ausgedrückt: Das Herz wird nicht dement!



## 1.4 HÄUFIGE FRAGEN ZU DEMENZERKRANKUNGEN

### Sind Demenzerkrankungen vererbbar?

Die allermeisten Krankheitsfälle sind nicht vererbt. Wenn also ein Elternteil oder auch beide Eltern im höheren Alter an einer Alzheimerdemenz erkranken, ist das in der Regel kein Grund sich Sorgen zu machen.

### Kann ich mich vor Demenz schützen?

Bei der Alzheimerdemenz ist die Situation nicht eindeutig, da man bis heute nicht ihre genaue Ursache kennt. Allerdings hat man in großen epidemiologischen Studien auch für die Alzheimerdemenz Schutzfaktoren gefunden: Körperliche Bewegung, geistige Anregung und ausreichende und positive soziale Kontakte scheinen das Risiko zu erkranken, zu reduzieren.

### Kann man Demenzerkrankungen behandeln?

Der überwiegende Teil der Demenzerkrankungen kann durch Medikamente bisher nicht gestoppt oder geheilt werden.

Trotzdem spielen Medikamente in der Demenzbehandlung eine wichtige Rolle: zur Verbesserung geistiger Leistungsfähigkeit, zur Unterstützung der Alltagsbewältigung, zur Milderung von Verhaltensstörungen und in weiteren Anwendungsfeldern.

Dass man Demenzerkrankungen nicht heilen kann, heißt nicht, dass „nichts zu machen“ wäre. Es gibt Therapien und Strategien im Alltag, um bestehende Fähigkeiten des Menschen mit Demenz zu erhalten und zu fördern. Gerade in diesen Bereichen hat es in den letzten Jahren bedeutende Fortschritte gegeben.

## 10 Warnzeichen einer möglichen Demenz

- **Gedächtnisprobleme häufen sich.**  
Das Gedächtnis erscheint deutlich schlechter, im Vergleich zu einigen Monaten zuvor.  
er nach kurzer Zeit seinen Irrtum bemerken, ein Mensch mit Demenz unter Umständen nicht.
  - **Gedächtnisprobleme werden massiver.**  
Beispiel: Ein Mensch, der viel zu tun hat, vergisst schon mal den Topf auf dem Herd. Ein Mensch mit Demenz vergisst darüber hinaus, dass er die Absicht hatte zu kochen.
  - **Arbeitsabläufe, die früher nebenher erledigt wurden, erfordern auf einmal volle Konzentration.**  
Beispiel: Bei einer vollkommen vertrauten Tätigkeit muss ich mich plötzlich immer wieder fragen: wie ging das eigentlich?
  - **Sprachprobleme.**  
Immer mehr fehlen spontan die richtigen Worte. Die Sprache stockt, oder jemand verwendet mehr und mehr Füllwörter (Beispiel: „Dings“). Ein Mensch hat mehr Schwierigkeiten als früher, einem Gespräch zu folgen.
  - **Orientierungsprobleme.**  
Auch wenn jemand sich im vertrauten Umfeld noch sicher bewegt, treten in unvertrauten Umgebungen Unsicherheiten auf, die vorher nicht existierten: Wo muss ich hin? Wie war der Rückweg?
  - **Probleme, Situationen richtig zu beurteilen.**  
Beispiel: Wenn ein gesunder Mensch aus „Schusseligkeit“ einmal in Hausschuhen aus dem Haus geht, wird er nach kurzer Zeit seinen Irrtum bemerken, ein Mensch mit Demenz unter Umständen nicht.
  - **Probleme mit dem abstrakten Denken.**  
Beispiele: Das Lösen von Rechenaufgaben oder die Verwaltung der eigenen Finanzen gelingt nicht mehr.
  - **Liegenlassen von Gegenständen.**  
Ab und zu verlegt jeder einmal die Brille oder den Schlüssel. Aber dies häuft sich bei Demenz. Die Dinge finden sich an ungewohnten Orten wieder. Oder jemand sucht vergeblich das Portemonnaie, weil er vergessen hat, dass er das Portemonnaie, das ihm seit Jahren vertraut war, vor vier Monaten ausgetauscht hat. Das neue Portemonnaie, das offen auf dem Küchentisch liegt, entgeht dabei seiner Wahrnehmung.
  - **Reaktionen, die man an diesem Menschen so nicht kannte:**  
plötzliche Gereiztheit, Eifersucht, Ängstlichkeit oder Misstrauen (Dies kann sich beispielsweise darin äußern, dass andere beschuldigt werden, Dinge gestohlen zu haben, die in Wahrheit verlegt wurden).
  - **Verlust der Eigeninitiative.**  
Dinge, die ein Mensch über viele Jahre gerne gemacht hat, werden vernachlässigt. Oder jemand hat immer weniger Lust, überhaupt aus dem Haus zu gehen und etwas zu unternehmen.
- Fallen solche Dinge auf, sollte ein Arzt aufgesucht werden.**

## 1.5 DIE ERSTEN ANZEICHEN EINER DEMENZ

Eine typische Situation, wie alle sie schon einmal erlebt haben: Ich stehe im Keller und weiß nicht mehr, was ich hier eigentlich wollte. Bis zu einem gewissen Alter ist die Erklärung schnell gefunden: Ich bin eben im Stress, muss an zu viele Dinge gleichzeitig denken oder war abgelenkt.

Doch je älter ich werde, desto häufiger mag sich mir in solchen Situationen die Frage stellen: Ist das noch „normal“, oder muss ich mir Sorgen machen?

## 1.6 SOLL ICH ZUM ARZT GEHEN?

„Das will ich gar nicht so genau wissen!“ Viele Menschen scheuen sich, zum Arzt zu gehen, wenn ihnen ihr Gedächtnis Probleme bereitet, aus Angst, am Ende mit der Diagnose Demenz konfrontiert zu sein und nicht zu wissen, wie es nun weitergehen soll.

### Warum eine frühzeitige Demenzdiagnose wichtig ist:

1. **Irritationen und Unterstellungen haben ein Ende.** „Hätten wir das nur früher gewusst!“ ist ein häufiger Satz von Familienangehörigen. Denn mit der Diagnose ist auf einmal klar: Die ungewohnten Verhaltensweisen des Betroffenen haben nichts mit Sturheit oder Boshaftigkeit zu tun. Sie hängen mit der Demenz zusammen.
2. **Behandlungsmöglichkeiten greifen besser.** Manche Medikamente wirken nur zu Beginn einer Demenz, später nicht mehr. Und auch alles, was zum Erhalt von Fähigkeiten getan werden kann, ist besonders effektiv, wenn die Einbußen noch nicht weit fortgeschritten sind.

3. **Es können noch viele Angelegenheiten gemeinsam geklärt werden.** Wenn ich selbst und andere frühzeitig von meiner Situation wissen, können wir gemeinsam besprechen, wie es weitergehen soll, und ich habe die Chance, anderen mitzuteilen, was mir wichtig ist, was ich möchte und was nicht.
4. **Ohne Diagnose besteht kein Anspruch auf bestimmte Leistungen:** Beispielsweise Anerkennung von Schwerbehinderung. (vgl. Pflegegrade S. 43 ff.)

### Wie kann ich meinen Angehörigen motivieren, sich untersuchen zu lassen?

- Häufig sind es Angehörige, denen zuerst auffällt, dass etwas nicht stimmt. Was tue ich, wenn ich den Eindruck habe, mein Angehöriger sollte sich untersuchen lassen, dieser das aber ablehnt?
- Es kommt sehr darauf an, das Thema in einer ruhigen Situation und in wertschätzender Weise zur Sprache zu bringen. Andernfalls kann die gut gemeinte Anregung „lass mal dein Gedächtnis untersuchen“ beim Betroffenen als Unterstellung ankommen: „du tickst nicht mehr richtig“.
- Studien haben gezeigt, dass häufig auch Personen, die sich das gar nicht anmerken lassen, das Gefühl hatten, „mit mir stimmt etwas nicht“. Dieses Gefühl macht Angst, und die Idee, es könnte eine Demenz dahinterstecken, noch mehr. Ein Arztbesuch nimmt diese Unsicherheit
- Der Hausarzt kann bereits erste Fragen klären und ein sogenanntes „Demenzscreening“ durchführen. Das sind einfache Tests, um zu prüfen, ob man dem Anfangsverdacht weiter nachgehen sollte. Eine umfassende Diagnostik sollte dann von einem Facharzt durchgeführt werden.



## 2 LEBEN MIT DEMENZ

Die schwerste Aufgabe, so scheint es manchmal, besteht darin, die guten Momente nicht aus dem Blick zu verlieren, die das Leben auch mit solchen Herausforderungen noch bietet. Ob Sie nun Betroffener sind oder Angehöriger: Geben Sie dem Leben weiterhin eine Chance.

## 2.1 WAS KANN ICH ALS BETROFFENER TUN?

„So habe ich mir meinen letzten Lebensabschnitt nicht vorgestellt! Dass mit zunehmendem Alter manches nicht mehr so geht wie früher, war mir natürlich klar. Aber mit einer Demenz leben? Einer Erkrankung, die mein Erinnerungsvermögen angreift, meine Orientierung im Alltag erschwert, die fortschreiten wird und bei der ich damit rechnen muss, dass ich immer mehr Hilfe brauche – wie kann ich da noch ein gutes Leben haben?“

Solche oder ähnliche Fragen werden viele Menschen beschäftigen, wenn sie mit der Diagnose „Demenz“ oder „Alzheimerkrankheit“ konfrontiert sind. Zum Glück wächst die Zahl der Menschen, die öffentlich über ihr Leben mit der Erkrankung sprechen oder darüber geschrieben haben. Und viele dieser Zeugnisse sagen: Das gibt es sehr wohl – ein Leben nach der Diagnose! Und man weiß heute auch vieles, was hierfür wichtig ist.

### Was können Sie als Betroffener tun?

- **Klären Sie die Fragen, die Sie haben.** Nicht zu wissen, was auf einen zukommt, macht Angst. Medizinische Fragen sollten Sie mit einem niedergelassenen Facharzt oder einer Gedächtnisambulanz besprechen. Beim Alzheimer-Telefon der Deutschen Alzheimer Gesellschaft oder in einer Beratungsstelle vor Ort werden Sie zu allen Fragen zum Leben mit der Erkrankung beraten
- **Bleiben Sie aktiv.** Machen Sie sich bewusst, was Sie gerne tun, was Sie noch gut können, und tun Sie das weiterhin, wenn es möglich ist. Besonders körperliche Bewegung ist hilfreich. Spaziergänge, Wandern, oder die Teilnahme an einer Sportgruppe.
- **Reden Sie offen mit den Menschen, die Ihnen nahe stehen.** Familie, Freunde, Bekannte, Menschen, mit denen

Sie im Alltag zu tun haben: Wenn andere um Ihre Situation wissen, erleichtert das das Miteinander, und andere können Sie besser unterstützen.

- **Bleiben Sie in Kontakt mit anderen.** Die Sorge, Namen vergessen zu haben, Fehler zu machen oder sich auf andere Weise zu „blamieren“, kann dazu führen, sich aus allen gemeinschaftlichen Aktivitäten zurückzuziehen. Sie sollten sich das Zusammensein mit Anderen soweit als möglich bewahren. Manchmal braucht auch Ihr Umfeld eine Weile, bis es sich an die neue Situation gewöhnt hat. Lassen Sie sich nicht zu früh entmutigen!
- **Lassen Sie sich helfen!** Vielen Menschen fällt das am schwersten: sich selbst und anderen einzugestehen, dass man Unterstützung braucht. Aber diese Hilfen sind dazu da, das eigene Leben und das der Angehörigen zu erleichtern. Sie haben Anspruch auf Unterstützung.
- **Überlegen Sie, wer für Sie entscheiden soll, falls Sie es einmal nicht mehr selbst tun können.** Mit Fortschreiten der Erkrankung werden Sie Verantwortung in die Hände eines anderen Menschen geben müssen. Soll dies ein Familienmitglied sein, ein Bekannter, oder lieber eine „neutrale“ Person? Halten Sie Ihre Entscheidung schriftlich fest. Dabei können Ihnen die Beratungsstellen weiterhelfen.

## 2.2 FÜR ANGEHÖRIGE: MENSCHEN MIT DEMENZ BESSER VERSTEHEN

### Was heißt es eigentlich, das Gedächtnis zu verlieren und Aktivitäten immer weniger planen zu können?

Menschen mit Demenz haben dies in Befragungsstudien teilweise so beschrieben: Ich werde immer mehr zu einem leeren

Blatt. Ich fühle mich zu langsam, ich „komme innerlich nicht mehr mit“. Mein Leben entgleitet mir, Stück für Stück. Der Verlust der geistigen Fähigkeiten führt dazu, dass Menschen mit Demenz sich im Leben immer weniger zurechtfinden. Es fällt ihnen immer schwerer, sich Situationen zu erklären: „Wo bin ich hier? Wer sind diese Menschen? Was wird von mir erwartet?“

### Was ist hilfreich, um Menschen mit Demenz besser zu verstehen?

- Es ist wichtig, sich immer wieder einmal innerlich „in die Schuhe“ des Betroffenen zu stellen: „Wie würde ich mich fühlen, wenn ich mich in Situationen finde, in denen ich nicht weiß, was tun oder in denen ich merke, ich habe schon wieder etwas falsch gemacht? Und was würde mir in solchen Situationen weiterhelfen?“
- Wir alle brauchen, um Lebensqualität zu haben, ein Grundgefühl von Sicherheit und Vertrauen und die Selbstverständlichkeit, für Andere ein gleichwertiges Gegenüber zu sein. Diese Gewissheiten geraten im Alltag von Menschen mit Demenz häufig ins Wanken. Betroffene brauchen die Unterstützung ihrer Umwelt, um immer wieder „festen Boden“ unter den Füßen zu bekommen.
- Machen Sie sich immer wieder bewusst, was Ihr Angehöriger, trotz seiner Einschränkungen, noch gut kann. Wenn er oder sie aktiv am Alltag teilnehmen und sich dabei als kompetent erleben kann, ist das ein wichtiger Baustein für Lebensqualität, und ein Schutz gegen den Stress.
- Eine ganz wichtige Fähigkeit, die in der Regel bis ins späte Krankheitsstadium erhalten bleibt, ist die Emotionalität, also die Fähigkeit, Gefühle zu erleben, zu zeigen und die Gefühle anderer wahrzunehmen. Um

einen Zugang zu Menschen gerade mit weiter fortgeschrittener Demenz zu bekommen, ist die emotionale Ansprache sehr wichtig.

- Menschen mit Demenz bleiben bis zum Schluss Menschen mit einer individuellen Persönlichkeit, mit Vorlieben, Abneigungen, Eigenarten, mit guten und schwierigen Persönlichkeitsmerkmalen. Und auch wenn Ihr Angehöriger vielleicht nicht mehr viele Möglichkeiten hat, sich mitzuteilen, heißt das nicht, dass er „nichts mehr mitbekommt“.

## 2.3 EMPFEHLUNGEN FÜR DEN UMGANG MIT MENSCHEN MIT DEMENZ

Die folgenden Empfehlungen haben sich in der Betreuung von Menschen mit Demenz bewährt. Das heißt nicht, dass nicht im



**Unsere Mission**  
*Menschlichkeit*  
Hilfe im Alter

**Evangelisches Alten- und Pflegeheim Friedrich-Meinolt-Haus Dachau**  
Hilfe im Alter gGmbH der Inneren Mission München  
Ludwig-Ernst-Straße 12 • 85221 Dachau

*In kleinen, familiären Wohnbereichen betreuen wir Sie im Rahmen der vollstationären Kurzzeit- und Dauerpflege.*

**Wir sind für SIE da!**

Telefon (08131) 33 38-0  
Telefax (08131) 33 38-138  
aph-dachau@im-muenchen.de  
www.aph-dachau.de



Einzelfall auch ein ganz anderer Weg hilfreich ist. Menschen sind unterschiedlich, auch Menschen mit Demenz.

### **Vermeiden Sie es, zu korrigieren und zu belehren**

„Ich rufe jetzt meine Mutter an!“ Die demenzkranke Dame ist 90 Jahre alt und reagiert verletzt, wenn ihre Tochter ihr vorhält: „Deine Mutter ist doch längst tot!“. Die Wirklichkeit stellt sich für Menschen mit Demenz häufig anders dar als für die Menschen in ihrer Umgebung.

Verzichten Sie in solchen Situationen darauf, Ihren Angehörigen belehren zu wollen. Und lassen Sie sich nicht auf den Kampf „Wer hat Recht?“ ein. Versuchen Sie lieber, zu erspüren, welches Bedürfnis hinter einer Aussage steht „Deine Mutter fehlt dir sicher, oder?“

### **Vermeiden Sie es, zu bewerten**

„Man stellt doch die Schuhe nicht in den Küchenschrank!“. Welche Botschaft transportiert dieser Satz? Diese: Wie kann man nur



so einen Blödsinn machen! Sogenannte Fehlleistungen (man könnte auch sagen: kreative Lösungen für das Problem „Ich kenne mich nicht mehr aus“) werden häufiger, wenn die Demenz voranschreitet.

Es ist nicht hilfreich und für Betroffene häufig verletzend, immer wieder darauf hingewiesen zu werden. Wenn die Schuhe nicht im Küchenschrank bleiben sollen, lässt sich dies auch anders vermitteln: „Ich habe deine Schuhe gefunden und bringe sie ins Schuhregal. Ok?“

### **Empfehlungen für die Kommunikation mit Menschen mit Demenz**

Inwieweit Sie Ihre Kommunikation anpassen müssen, hängt davon ab, wie sehr die Sprache Ihres demenzkranken Angehörigen beeinträchtigt ist. Das ist sehr unterschiedlich. Wenn Sie wahrnehmen, dass Ihr Angehöriger Schwierigkeiten hat, Sie zu verstehen, oder Schwierigkeiten, sich in Worten auszudrücken, sollten Sie die folgende Regeln beachten:

- Schauen Sie den Menschen mit Demenz an, wenn Sie mit ihm sprechen. Nehmen Sie Blickkontakt auf. Dann versteht er Sie besser, und Sie bekommen besser mit, ob er Sie verstanden hat.
- Sprechen Sie in einfachen Sätzen und teilen Sie nicht zu viel auf einmal mit. Es kann notwendig sein, langsamer und deutlicher zu sprechen, als Sie es sonst gewohnt sind.
- Stellen Sie Fragen so, dass Ihr Angehöriger mit JA oder NEIN darauf antworten kann. Zum Beispiel: „Möchtest du jetzt einen Spaziergang machen?“ statt: „Was möchtest du jetzt machen?“.
- Lassen Sie Ihrem Angehörigen ausreichend Zeit, Sie zu verstehen und eine Antwort zu formulieren.

Wenn eine Verständigung über Sprache nicht mehr möglich ist: Kommunikation geht auch ohne Worte:

Das mag am Anfang sehr ungewohnt sein, beispielsweise einfach beieinanderzusitzen ohne viele Worte, oder zu erzählen, ohne eine Antwort zu bekommen. Aber die Antwort kann auch auf anderem Wege kommen: ein Blickkontakt, ein Lächeln, oder dass mein Händedruck erwidert wird.

### **Umgang mit herausforderndem Verhalten**

Im Verlauf einer Demenz kommt es oft vor, dass sich das Verhalten eines Menschen verändert. Es kommt auch vor, dass Betroffene sich auf eine Weise verhalten, die uns alarmiert: dass sie aggressiv werden, Angst entwickeln, unruhig werden, sich distanzlos verhalten oder apathisch werden.

All dies sind Beispiele für sogenannte herausfordernde Verhaltensweisen. Solche Verhaltensweisen sind für Angehörige in der Regel sehr belastend. Man ist ratlos, verletzt, vielleicht zornig und man weiß nicht, wie man damit umgehen soll.

Das können Sie bei herausforderndem Verhalten tun:

- Machen Sie sich immer wieder bewusst, dass Ihr Angehöriger unter Stress handelt bzw. sich in einer Ausnahmesituation befindet. Solches Verhalten ist nicht von bösem Willen geleitet und hat auch nicht das Ziel, Sie bewusst zu verletzen.
- Versuchen Sie herauszufinden, in welchen Situationen diese Verhaltensweisen auftreten. Häufig sind Stressfaktoren im Spiel, die beeinflusst werden können (z. B. störende Umweltreize, Schmerzen, Harndrang).
- Wenn herausforderndes Verhalten auftritt: Bleiben Sie ruhig. Das hilft auch Ihrem Angehörigen, wieder ruhiger zu werden.
- Es kann hilfreich sein (gerade bei aggressivem Verhalten), aus der Situation zu gehen und etwas später wiederzukommen.
- Auch Ablenkung kann manche brenzlige Situation entschärfen.

Was genau hilfreich ist, erfahren Sie, wenn Sie den Ursachen des Verhaltens auf die Spur gekommen sind.

Gehen Sie überdies achtsam mit Ihren eigenen Gefühlen um. Dass ein bestimmtes Verhalten nicht gegen Sie gerichtet ist, ändert unter Umständen nichts daran, dass Sie sich verletzt oder auf andere Weise getroffen fühlen.

### Umgang mit dem Selbstbestimmungsbedürfnis von Menschen mit Demenz

Selbst über unser Leben bestimmen zu können, ist ein Recht, das uns allen sehr wichtig ist. Doch die Selbstbestimmungsfähigkeit lässt im Laufe der Demenz nach.

Wenn Sie bestimmte Willensäußerungen Ihres Angehörigen problematisch finden, sollten Sie zwei Fragen klären: Was bedeutet diese Handlung für ihn? Und: Mit welchen Konsequenzen ist zu rechnen? Entsteht daraus ein Risiko für ihn selbst oder für andere?

Ein Beispiel: Wenn jemand darauf besteht, mit zwei unterschiedlichen Schuhen aus dem Haus zu gehen, ist dieses Risiko nicht gegeben. Und dann stellt sich die Frage, ob eine solche Handlung nicht einfach toleriert werden kann.

Wenn Sie allerdings zu dem Schluss kommen, dass ein Risiko besteht (das kann bspw. das Autofahren betreffen), so sind tatsächlich in der Verantwortung, handeln zu müssen. Es ist ratsam, sich Beratung zu holen, um sicher zu gehen, dass man in dieser schwierigen Situation den bestmöglichen Weg findet.

## 2.4 EMPFEHLUNGEN ZUM ALLTAG MIT DEMENZ

Der Alltag mit Menschen mit Demenz bringt im Verlauf der Erkrankung zahlreiche neue Herausforderungen. Um Betroffenen und Angehörigen den Alltag mit Demenz zu erleichtern, reichen oft kleine Maßnahmen.

### Gestaltung der häuslichen Wohnumgebung – Vertrautheit erhalten und Orientierung ermöglichen:

Die eigenen vier Wände sind in der Regel unser vertrautestes Lebensumfeld. Menschen mit Demenz finden sich dort noch am längsten selbst zurecht. Sie sollten deshalb keine großen Veränderungen vornehmen, wenn diese nicht notwendig sind.

Ziel ist es, dass Ihr Angehöriger sich möglichst selbstständig in der Wohnung oder im Haus bewegen kann. Achten Sie dabei darauf, dass Wege gut beleuchtet und frei von Hindernissen sind.

### Gestaltung des Alltags:

**Tagesstruktur:** Für viele Menschen mit Demenz ist eine gleichbleibende Tagesstruktur wichtig, die sich an ihrem gewohnten Tagesrhythmus orientiert. Hilfreich ist dabei ein Wechsel zwischen aktiven Phasen und Ruhephasen.

**Essen und Trinken:** Damit Ihr Angehöriger so lange wie möglich selbstständig essen kann, achten Sie darauf, dass er nicht durch ein Zuviel an Geschirr, Besteck oder Speisen durcheinander kommt.

Und wenn der Umgang mit Gabel und Löffel nicht mehr möglich ist, überlegen Sie, was Sie ihm anbieten können, das er mit den Fingern essen kann. Ernährungsvorlieben können sich im Laufe einer Demenz verändern.

**Bei der Planung des Tages:** Beachten Sie die Tagesform Ihres Angehörigen. Häufig sind Menschen mit Demenz am Vormittag belastbarer, während am Nachmittag die Kräfte nachlassen. In diesem Fall sollten Sie Aktivitäten, die für Ihren Angehörigen anstrengend sind, eher vormittags durchführen, damit es nicht zu Überforderung kommt.

### Körperpflege:

Im Verlauf der Demenz benötigen betroffene Personen ab einem gewissen Punkt auch Hilfe bei der Körperpflege.

Wenn dies eintritt, ist es oft für Betroffene wie für Angehörige eine schwierige Situation: Es bedeutet, dass ein Anderer in die Intimsphäre des Menschen mit Demenz eindringt. Deshalb lehnen Betroffene diese Hilfe zu Beginn häufig ab - zumal häufig aufgrund der eingeschränkten Urteilsfähigkeit nicht die Notwendigkeit gesehen wird, sich jetzt zu waschen, oder jemand der Meinung ist, dies habe er bereits getan. Oft entlastet es die Beziehung zwischen Menschen mit Demenz und Angehörigen, wenn die Körperpflege von einem Pflegedienst übernommen wird. Scheuen Sie sich nicht, diese Hilfe in Anspruch zu nehmen, wenn Sie die Körperpflege als schwierig erleben.

### Schwierigkeiten beim Ankleiden:

Sie können den Betroffenen in seiner Selbständigkeit unterstützen, indem Sie die Kleidungsstücke schon in der richtigen Reihenfolge bereit legen und gegebenenfalls Verschlüsse ändern lassen, da das Zurechtkommen mit Knöpfen und anderen Verschlüssen nicht immer ganz einfach ist. (z. B. Reiß- oder Klettverschluss statt Knopf)

Denken Sie immer auch daran, dass Kleidung mehr ist als das Bedecken des Körpers: Helfen Sie Ihrem Angehörigen, sich schön zu kleiden, wenn er Wert darauf legt, und sparen Sie hier auch nicht mit Ermutigung oder Komplimenten.

Beachten Sie seine Vorlieben: Warum sollten von einem Lieblingskleidungsstück nicht mehrere Exemplare vorhanden sein?



*„Wir vergolden auch Ihre Party“*

# Gold

CATERING & PARTYSERVICE

**Essen auf Rädern  
365 Tage im Jahr**

Veronika Gold  
Petershausen/Kammerberg  
Mobil: 0160-91950850  
Email: veronika@evgold.de

[www.catering-gold.de](http://www.catering-gold.de)



Bayerische Architektenkammer  
Beratungsstelle Barrierefreiheit

## Kostenfreie Beratungen zur Barrierefreiheit

Gefördert durch den Freistaat Bayern

**Kontakt:**  
Bayerische Architektenkammer  
Beratungsstelle Barrierefreiheit  
Waisenhausstraße 4  
80637 München  
Beratungstelefon (089) 13 98 80-80  
info@byak-barrierefreiheit.de  
www.byak-barrierefreiheit.de  
www.barrierefrei.bayern.de

Bayern barrierefrei  
Gefördert durch den Freistaat Bayern.

## Oft verschwiegen: Inkontinenz

Der Verlust der Kontrolle über Urin- und Stuhlausscheidung gehört zu den Symptomen der fortgeschrittenen Demenz. Wenn es bereits früher zu Problemen kommt, sollten Sie auf folgendes achten:

- Stellen Sie sicher, dass die Toilette für Ihren Angehörigen jederzeit gut zu finden ist. Eine scheinbare Inkontinenz kann ihre Ursache darin haben, dass der Mensch mit Demenz das „stille Örtchen“ einfach nicht rechtzeitig erreicht.
- Prüfen Sie, ob Ihr Angehöriger problemlos die entsprechenden Kleidungsverschlüsse öffnen kann.
- Erinnern Sie Ihren Angehörigen ggf. daran, auf die Toilette zu gehen, oder fügen Sie regelmäßige Toilettengänge in den Tagesablauf ein.
- Achten Sie auch auf bestimmte Verhaltenszeichen wie Unruhe oder Nesteln an der Kleidung: Diese können ein Hinweis darauf sein, dass der Mensch mit Demenz ein dringendes Bedürfnis verspürt, dies aber nicht mehr richtig einordnen kann.
- Sollte die Inkontinenz trotzdem weiter bestehen, konsultieren Sie den Arzt. Er wird abklären, ob die Situation eine Folge der Demenz ist oder ob ein anderes medizinisches Problem besteht. Vom Arzt erhält man auch das Rezept für die benötigten Inkontinenzmaterialien.

## 2.5 LEBEN MIT DEMENZ – 10 RAT-SCHLÄGE FÜR ANGEHÖRIGE

1. **Informieren Sie sich über die Demenzerkrankung.** Es gibt viele Anlaufstellen, bei denen Sie Rat und Hilfe finden: zum Beispiel die Beratungsstellen in Ihrer Nähe oder die Hotline der Deutschen Alzheimer Gesellschaft. Bei der Deutschen



Alzheimer Gesellschaft erhalten Sie darüber hinaus viele weitere Infomaterialien.

2. **Stellen Sie sich darauf ein, dass sich alte Rollen verändern werden.** Ein Mensch, der sein Leben selbstständig gelebt hat, wird durch die Demenz hilfsbedürftig. Das ist für beide ungewohnt, den Menschen mit Demenz, wie auch für Sie. Da heißt es oft: Geduld haben und immer wieder neu versuchen. Und Vertrauen haben, dass Sie, wie auch Ihr Angehöriger, in die neue Situation hineinwachsen werden. Manchmal kann sich dabei sogar eine größere Nähe entwickeln.
3. **Teilen Sie Verantwortung.** Wenn Sie bereit sind, Verantwortung für Ihren Angehörigen mit Demenz zu übernehmen, viel-

leicht sogar, ihn selbst zu pflegen, dann gebührt Ihnen Respekt! Aber seien Sie auch bereit, Verantwortung zu teilen. Wenn Sie den Eindruck haben, nur Sie allein wissen, was für Ihren Angehörigen gut ist, dann sollten Sie dringend etwas unternehmen, um das zu ändern.

4. **Geben Sie sich selbst und Ihrem Angehörigen keine unrealistischen Zusagen.** Problematisch sind Versprechen wie: „Ich werde dich nie ins Heim geben!“ – „Solange ich da bin, muss dich niemand anderes pflegen“. Denn Sie wissen nicht, wie sich die Demenz entwickeln wird. Es kann sich herausstellen, dass es Ihre Beziehung enorm entlastet, wenn eine fremde Person die Körperpflege übernimmt. Oder es kann eine Situation eintreten, in der Ihr Angehöriger im Pflegeheim besser versorgt ist als zu Hause. Hilfreicher sind Zusagen, die solche Möglichkeiten in Betracht ziehen: „Was ich jetzt tue, tue ich weiter, solange ich es leisten kann oder es deine Situation ermöglicht. Aber auch, wenn es so nicht mehr weitergehen kann, wenn Du vielleicht in ein Heim umziehen musst, will ich dich nicht alleine lassen.“
5. **Schauen Sie genau: Was behindert Ihren Alltag? Was sind die Situationen, in denen Sie an Ihre Grenzen kommen?** Es gibt heutzutage viele Unterstützungs- und Entlastungsmöglichkeiten. Es hilft den Beratern und Anlaufstellen, wenn Sie möglichst konkret schildern können, welche Probleme im Alltag auftreten.
6. **Holen Sie Hilfen frühzeitig!** Warten Sie nicht, bis „nichts mehr geht“. Bedenken Sie: Es kann sowohl für Sie, als auch für Ihren Angehörigen mit Demenz erst einmal gewöhnungsbedürftig sein, dass ein Helfer in die eigene Wohnung kommt. Wenn Ihr Angehöriger mit Demenz Hilfen ablehnt, gibt es vielleicht andere Personen in seinem Umkreis, die in diesem Sinne Überzeugungsarbeit leisten können (der Hausarzt ist beispielsweise oftmals so eine „Autoritätsperson“).

7. **Reden Sie offen mit Bekannten und Freunden!** Zum Glück ist Demenz heute kein Tabu-Thema mehr. Es gibt populäre Filme und Bücher darüber, und immer wieder ist Demenz Thema in Talkshows und in der Tagespresse. Trotzdem sind viele Menschen verunsichert, wenn sie das erste Mal mit Betroffenen zu tun haben. Will er/sie mich überhaupt noch sehen? Was tue ich, wenn ich nicht mehr erkannt werde? Sie erleichtern es Ihrem Umfeld, indem Sie offen über die Erkrankung sprechen.
8. **Achten Sie auf Ihre Kraftreserven!** Die Pflege und Begleitung eines Menschen mit Demenz ist häufig mit besonderen Belastungen verbunden. Sie haben Anspruch auf Entlastung und Erholung. Diese sollten Sie unbedingt nutzen, auch wenn Ihr Angehöriger mit Demenz zunächst Schwierigkeiten damit haben sollte.
9. **Verzichten Sie auf Selbstvorwürfe!** Nicht immer gelingt ein optimaler Umgang mit Menschen mit Demenz. Man kommt an Grenzen. Manchmal sagt man sich im Nachhinein: Das hätte ich nicht tun sollen! Statt sich selbst Vorwürfe zu machen, sollten Sie überlegen: „Wie ist es dazu gekommen? Was hat mich eventuell überfordert? Welche Gefühle haben mich überrascht? Was könnte mir helfen, dass es beim nächsten Mal besser läuft?“
10. **Sprechen Sie über die Dinge, die Sie belasten!** Selbst mit einem optimalen Pflege und Unterstützungsarrangement gibt es bei der Begleitung eines Menschen mit Demenz Situationen, die schwer auszuhalten sind. Die sehr nahe gehen. Die einen aus der Fassung bringen. Was immer dies für Situationen sind: Sie brauchen die Möglichkeit, in einer vertrauensvollen Atmosphäre, mit einem Menschen oder einer Gruppe, in der Sie sich verstanden fühlen, darüber zu reden. Sehr hilfreich ist hier auch der Austausch mit anderen Angehörigen. Erkundigen Sie sich gegebenenfalls nach Selbsthilfegruppen in Ihrer Umgebung.



## 3 HILFE UND UNTERSTÜTZUNG

### 3.1 BERATUNGSANGEBOTE UND ANLAUFSTELLEN

Wie soll es weitergehen? Wie den Alltag neu organisieren? Welche Hilfen gibt es in Ihrem Umfeld und auf welche Unterstützung ha-

ben Sie Anspruch? Solche Fragen stellen sich nicht nur zu Beginn einer Demenz, sondern im Verlauf immer wieder.

Es ist wichtig, dann kompetente Ansprechpartner zu haben. Im Landkreis Dachau stehen Ihnen eine ganze Reihe an Einrichtungen zur Verfügung. Die Mitarbeiter kennen nicht nur die Situation vieler Betroffener und ihrer Familien, sie wissen auch sehr genau, welche Hilfs- und Unterstützungsangebote es vor Ort gibt, und können Ihnen auch bei Vermittlung dieser Hilfen wie auch bei Fragen der Finanzierung behilflich sein.

#### 1. Beratungsstellen

##### **Beratungsstellen für ältere Menschen und ihre Angehörigen**

###### **Senioren-Fachberatung**

Elfriede Felkel, Tel.: 08131 / 74-465  
elfriede.felkel@lra-dah.bayern.de

Silvia Fitterer, Tel.: 08131 / 74-464  
silvia.fitterer@lra-dah.bayern.de  
Landratsamt Dachau

Bürgermeister-Zauner-Ring 11, 85221 Dachau

###### **Fachstelle für pflegende Angehörige Beratung und Gesprächsgruppe f. Angehörige**

Caritas-Zentrum Dachau  
Landsberger Str. 11, 85221 Dachau  
Tel. 08131 / 298-1400  
fpa-dachau@caritasmuenchen.de  
www.caritas-nah-am-naechsten.de

###### **Gerontopsychiatrische Fachberatungsstelle**

Sozialpsychiatrischer Dienst  
Beratungsangebot des Caritas Zentrums Dachau  
Landsberger Str. 11, 85221 Dachau  
Tel. 08131 / 298-1400  
spdidah-geronto@caritasmuenchen.de  
www.caritas-nah-am-naechsten.de

###### **Sozialverband VdK Bayern e.V.**

###### **Sozialrechtliche Beratung und Vertretung für Mitglieder**

Beratungsstelle des Sozialverbands VdK Bayern e. V.  
Kreisgeschäftsstelle Dachau  
Brucker Str. 47, 85221 Dachau  
Tel. 08131 / 87 87 2  
Mailkv-dachau@vdk.de  
www.vdk.de/kv-dachau

###### **Betreuungsstelle – Landratsamt Dachau**

Kann ein Volljähriger auf Grund einer psychischen Krankheit oder einer körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung seine Angelegenheiten ganz oder teilweise nicht besorgen, so bestellt das Vormundschaftsgericht auf seinen Antrag oder von Amts wegen für ihn einen Betreuer.

Bürgermeister-Zauner-Ring 11  
85221 Dachau  
Tel. 08131 / 74-0  
E-Mail: betreuung@lra-dah.bayern.de  
www.landratsamt-dachau.de

Mit Veränderungen und Anpassungen in der eigenen Wohnung kann die Orientierung erleichtert und die Sicherheit zuhause verbessert werden.

###### **VdK Wohnberatung Dachau**

Brucker Straße 47, 85221 Dachau  
Telefon: 08131 6666643  
E-Mail: wohnberatung.dachau@vdk.de

###### **Bayerische Beratungsstelle für seltene Demenzerkrankungen**

wohIBEDACHT e.V.  
Höcherstr. 7, 80999 München  
Telefon 089/ 8180209-30  
E-Mail: info@wohIBEDACHT.de  
Internet: www.wohIBEDACHT.de

## Pflegeberatung durch die Pflegekasse

Sie können sich auch an Ihre Pflegekasse wenden. Viele Krankenkassen haben eigene Pflegeberater. Diese kommen bei Bedarf auch zu Ihnen nach Hause und beraten Sie dort.

Eine Pflegeberatung vor Ort mit Hausbesuch bietet die AOK für ihre Versicherten an.

### AOK Bayern – die Gesundheitskasse Direktion München

Landsberger Str. 150-152

80339 München

Katja Krüger, Telefon: 089 / 5444-2470

E-Mail: katja.krueger@by.aok.de

Kompetente Pflegeberatung im Auftrag der gesetzlichen Pflegekassen für ganz Bayern erhalten Sie hier:

### Leitstelle Pflegeservice Bayern

Telefon: 0800 / 772 1111

Internet: [www.pflegeservice-bayern.de](http://www.pflegeservice-bayern.de)

Für die Beratung privat krankenversicherter Menschen ist die COMPASS Private Pflegeberatung GmbH zuständig. Nehmen Sie mit der Zentrale in Köln Kontakt auf. Bei Bedarf erhalten Sie weitergehende Unterstützung durch die regionalen Pflegeberater von COMPASS, die ebenfalls Hausbesuche anbieten.

Kostenfreie Service-Nummer: 0800 101 88 00

E-Mail: [info@compass-pflegeberatung.de](mailto:info@compass-pflegeberatung.de)

Webseite: [www.compass-pflegeberatung.de](http://www.compass-pflegeberatung.de)

### Krisendienst

Bei einer Mitgliedschaft für € 15,00 im Monat können Sie den Krisendienst von wohlBEDACHT e.V. in Anspruch nehmen. Er bietet im Notfall Rückhalt und Unterstützung an.

## wohlBEDACHT e.V.

Höcherstr. 7, 80999 München

E-Mail: [info@wohlBEDACHT.de](mailto:info@wohlBEDACHT.de)

Internet: [www.wohlBEDACHT.de](http://www.wohlBEDACHT.de)

## 2. Das Alzheimertelefon

Das Alzheimertelefon ist ein Angebot der Deutschen Alzheimer Gesellschaft für Betroffene, Angehörige und auch für professionelle Helfer. Die Mitarbeiter (speziell geschulte Sozialarbeiter und Sozialpädagogen) beantworten Ihre Fragen rund um das Thema Alzheimerkrankheit und Demenz.

Das Alzheimertelefon ist an Werktagen unter folgenden Telefonnummern erreichbar:

- 01803-17 10 17 (Telefonkosten bei Anrufen aus dem deutschen Festnetz 9 Cent pro Minute, Anrufe aus dem Ausland oder den Handynetzen sind unter dieser Nummer nicht möglich)
- 030 / 2 59 37 95 14

## 3. Informationssuche im Internet

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

Die Webseite der Deutschen Alzheimer-Gesellschaft bietet eine Vielfalt an Möglichkeiten, sich zu informieren. Sie können auch die Email-Beratung nutzen oder Broschüren zu Themen rund um Alzheimer und Demenz bestellen.

[www.wegweiser-demenz.de](http://www.wegweiser-demenz.de)

Diese Internetseite wird vom Bundesfamilienministerium unterstützt. Sie bietet ebenfalls Informationen zum Thema. Zusätzlich hat sie eine Suchfunktion, mithilfe derer Sie Einrichtungen und Angeboten in Ihrer Nähe finden können.

## 3.2 DIAGNOSE UND THERAPIE

Eine gute ärztliche Begleitung ist bei Demenz wesentlich. Der Arzt wird zunächst abklären, ob eine Demenzerkrankung vorliegt und um welche es sich handelt.

Wenn sich der Demenzverdacht bestätigt, wird der Arzt im nächsten Schritt danach schauen, welche Medikamente im individuellen Fall hilfreich sind. Die medikamentöse Therapie muss im Erkrankungsverlauf in der Regel angepasst werden. Auch ist es wichtig, sicherzustellen, dass es nicht zu Nebenwirkungen und zu Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten kommt, die der Patient parallel einnimmt.

Eine umfassende Diagnostik erhalten Sie bei Gedächtnisambulanzen und Memory-Kliniken. Nehmen Sie am besten direkt Kontakt auf und fragen Sie nach Untersuchungen, Wartezeiten und dem Überweisungsverfahren.

Hier finden Sie die Gedächtnisambulanzen und Memory-Kliniken in München:

### Alzheimer Therapie- und Forschungszentrum

Prof. Dr. Robert Perneczky

Klinikum der Universität München,  
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Nussbaumstraße 7

80336 München

089 - 44 00 55 863

### Psychiatrische Sprechstunde, Gedächtnissprechstunde

Dr. Herbert Nickl, MVZ Algesiologikum  
Heßstr. 22

80799 München

089 - 45 24 45 10

089 - 212 25 55

PROMEDICA PLUS

## Betreuungs- und Pflegekräfte aus Osteuropa



**Beratung und Information:**  
Tel. 08139 – 99 69 876

### PROMEDICA PLUS Dachau

Petra Hänle

Am Giglberg 5a | 85244 Röhrmoos  
[dachau@promedicaplus.de](mailto:dachau@promedicaplus.de)

[www.promedicaplus.de/dachau](http://www.promedicaplus.de/dachau)

*Zuhause gut betreut*



### WIR BIETEN PROFESSIONELLE PFLEGE IN DACHAU UND ALTOMÜNSTER

- Pflegeleistungen nach SGB XI
- Häusliche Krankenpflege nach SGB V
- Unterstützung im Haushalt und beim Einkaufen
- Betreuungs- und Entlastungsleistungen
- Familienpflege

#### HIER ERREICHEN SIE UNS:

AWO Sozialstation Dachau  
Rudolf-Diesel-Straße 1 · 85221 Dachau  
Ulrike Kade-Kreß · Telefon (0 81 31) 7 11 17

AWO Sozialstation Altomünster  
St. Althof 3 · 85250 Altomünster  
Edeltraud Peter · Telefon (0 82 54) 99 54 44

Arbeiterwohlfahrt · [www.awo-dachau.de](http://www.awo-dachau.de)



#### **Sprechstunde Kognitive Neurologie, Neurologische Klinik und Poliklinik**

Prof. Dr. Adrian Danek  
Petra Mehlhorn (Sekretariat)  
Klinikum d. Universität München  
Campus Großhadern  
Marchioninstr. 15  
81377 München  
089 - 440 07 66 76

#### **Gedächtnisambulanz des Instituts f. Schlaganfall- u. Demenzforschung**

Dr. med. Katharina Bürger  
Klinikum d. Universität München  
Campus Großhadern  
Feodor-Lynen-Str. 17  
81377 München  
089 - 440 04 60 46

#### **Zentrum für kognitive Störungen**

Prof. Dr. Janine Diehl-Schmid, PD Dr. Timo Grimmer  
Psychiatrische Klinik und Poliklinik der TU-München  
Möhlstr. 26, 81671 München  
089 - 41 40 42 75

#### **Memory-Klinik der geriatrischen Tagesklinik**

Dr. med. Wilfried Wüst  
Klinikum Neuperlach, Städtisches Klinikum München  
Oskar-Maria-Graf-Ring 51, 81737 München  
089 - 67 94 22 84

Eine weitere Möglichkeit ist die Diagnose über die Geriatrische Institutsambulanz:

#### **Geriatrische Institutsambulanz**

Es besteht die Möglichkeit zur ambulanten Vorstellung beim Geriatrischen Team (Geriatrer, Internist / Neurologe, Neuropsychologe /

Logopäde, Physiotherapeut, Ergotherapeut, Sozialdienst) zur Erörterung Geriatrischer Diagnosen z. B. Demenz und Schluckstörung. Hierzu muss der Hausarzt die Primärdiagnostik durchführen und die Überweisung ausstellen.

#### **Helios Amper Klinik Indersdorf**

Geriatrische Institutsambulanz, Leiter: Dr. B. Johnson  
Maroldstraße 45, 85229 Markt Indersdorf  
Telefon: 08136 939-0  
Internet: [www.helios-gesundheit.de/kliniken/indersdorf](http://www.helios-gesundheit.de/kliniken/indersdorf)

Weitere Informationen und Adressen finden Sie bei der Deutschen Alzheimer Gesellschaft:

[www.deutsche-alzheimer.de/unser-service/gedaechtnissprechstunden.html](http://www.deutsche-alzheimer.de/unser-service/gedaechtnissprechstunden.html)

Auch niedergelassene Fachärzte für Neurologie und Psychiatrie führen eine Demenzdiagnostik durch. Sie betreuen außerdem langfristig in Sachen medikamentöse Therapie.

#### **Niedergelassene Fachärzte für Psychiatrie / Neurologie**

##### **Dr. med. Heinz M. Basin**

Gartenstraße 20, 85757 Karlsfeld  
Telefon: 08131 91122

##### **Dres. Volker Geiger und Ursula Geiger**

**Gemeinschaftspraxis**  
Pfarrstraße 5, 85221 Dachau  
Telefon: 08131 83100

##### **Dr. Susanne Knorr-Held**

Münchner Str. 66 a  
85221 Dachau  
Telefon 08131 / 55226

##### **Dr. med. Florentina Landry**

Münchner Straße 44, 85221 Dachau  
Telefon: 08131 6119230

#### **Dr. med. Ulrich Landvogt-Krämer**

Gartenweg 2 b  
85229 Markt Indersdorf  
Tel. 08136 1253

## **3.3 HILFEN FÜR DIE PFLEGE UND BETREUUNG DAHEIM**

### **1. Stundenweise Betreuung im Alltag**

Im Verlauf einer Demenz wird es immer schwieriger, den Tag über alleine zurechtzukommen. Doch Angehörige können auch nicht immer vor Ort sein. Deshalb wurden die sogenannten „niedrigschwiligen Betreuungsangebote“ eingerichtet. Hier werden Personen mit Demenz durch speziell geschulte ehrenamtliche Helfer stundenweise betreut.

Je nach Angebot findet die Betreuung daheim oder in einer Betreuungsgruppe statt. Die Ehrenamtlichen erhalten in der Regel eine Aufwandsentschädigung, deshalb kann die Betreuung nicht kostenfrei angeboten werden. Aber sie kann über Leistungen der Pflegeversicherung abgerechnet werden.

Weitere Informationen erhalten Sie bei den obengenannten Beratungsstellen.

#### **Anbieter der stundenweisen Entlastung:**

##### **Caritas-Zentrum Dachau – Seniorendienste**

Senioren- und Demenzbegleiter – anerkannter Helferkreis  
Telefon: 08139 8029217  
E-Mail: [seniorendienste@caritasmuenchen.de](mailto:seniorendienste@caritasmuenchen.de)

##### **mobile in Dachau**

mobile Häusliche Kranken- und Altenpflege GmbH  
Schleißheimer Straße 74, 85221 Dachau  
Telefon: 08131 539647  
E-Mail: [info@mobile-pflege-dachau.de](mailto:info@mobile-pflege-dachau.de)

### **mobile im Landkreis**

mobile Häusliche Kranken- und Altenpflege GmbH  
Hauptstraße 7, 85253 Erdweg  
Telefon: 08138 667278  
E-Mail: info@mobile-pflege-dachau.de

Weitere Angebote zu stundenweiser Entlastung können Sie evtl. bei den ambulanten Pflegediensten erfragen.

### **Betreuungsgruppen**

Ziel der Betreuungsgruppen ist es, Angehörige von demenzkranken Personen zu entlasten. Auch für den demenzkranken Menschen ist es wichtig, andere Eindrücke außerhalb der vertrauten häuslichen Umgebung zu erleben. Dadurch können die Folgen der Demenzerkrankung verzögert werden. Die Betreuungsgruppen finden einmal wöchentlich nachmittags für drei Stunden statt und werden von einer kompetenten Fachkraft geleitet.

#### **Betreuungsgruppen vor Ort:**

#### **Kunsttherapeutische Betreuungsgruppe für Menschen mit einer Demenz**

Caritas-Zentrum Dachau  
Fachstelle für pflegende Angehörige  
Landsberger Straße 11  
85221 Dachau  
Telefon: 08131 298-1400  
E-Mail: fpa@caritasmuenchen.de  
Internet: www.caritas-nah-am-naechsten.de

#### **Demenz-Café Landratsamt Dachau**

Pfarrheim St. Nikolaus Dachau Mitterndorf  
Telefon: 08131 74464  
Frau Fitterer  
Internet: www.landratsamt-dachau.de/  
seniorenberatung

### **Sonnencafé AML**

im kath. Pfarrheim 85244 Röhrmoos  
Frau Schaupp  
Telefon: 08139 7518  
Dienstag und Donnerstag 13.00 – 16.00 Uhr  
mit Hol- und Bringediens

#### **Therapeutische Gruppe für Menschen mit Demenz im Bürgertreff Dachau-Ost**

Information & Anmeldung:  
mobile Pflege, Markus Steiner  
Telefon: 08131 539647  
Informationen unter  
www.mobile-pflege-dachau.de  
(„mobile aktuell / Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz“)  
E-Mail: info@mobile-pflege-dachau.de  
und  
Praxis für Ergotherapie Christine Kuhn  
Friedenstraße 51, 85221 Dachau  
Telefon: 08131 9981730  
E-Mail: info@ergotherapiepraxis-kuhn.de

#### **Therapeutische Gruppe für Menschen mit Demenz in Erdweg**

Information & Anmeldung:  
mobile Pflege, Markus Steiner  
Telefon: 08138 667278 oder 08131 539647  
Informationen unter  
www.mobile-pflege-dachau.de  
(„mobile aktuell / Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz“)  
E-Mail: info@mobile-pflege-dachau.de  
und  
Praxis für Ergotherapie Christine Kuhn  
Friedenstraße 51, 85221 Dachau  
Telefon: 08131 9981730  
E-Mail: info@ergotherapiepraxis-kuhn.de

### **Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz in Odelzhausen**

Information & Anmeldung:  
mobile Pflege, Markus Steiner  
Telefon: 08138 667278 oder 08131 539647  
Informationen unter  
www.mobile-pflege-dachau.de  
(„mobile aktuell / Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz“)  
E-Mail: info@mobile-pflege-dachau.de  
und  
Praxis für ganzheitliche Medizin & Ergotherapie  
Johannes Wochnik,  
Kohlstattstraße 1 a, 85253 Odelzhausen  
Telefon: 0171 6981840  
E-Mail: kontakt@praxis-wochnik.de

#### **Betreuungsgruppen bei wohlBEDACHT e.V.**

mit Anregung und Unterhaltung über mehrere Stunden mit qualifizierter Betreuung

wohlBEDACHT e.V.  
Höcherstr. 7, 80999 München  
Telefon: 089 / 81 80 209-30

#### **Weitere Entlastungsangebote für Angehörige**

- Offene Angehörigengruppe mit Austausch und Informationen
- „Kulturhäppchen“ - organisierter Ausflug oder Wohlfühltag.
- Kraftquellen für Pflegende - / Tage „Auszeit“ - Eine Woche Erholung im Evang. Bildungszentrum Hesselberg.
- Entspannungs- und Achtsamkeitskurse und mehr

#### **wohlBEDACHT e.V.**

Höcherstr. 7, 80999 München  
E-Mail: info@wohlBEDACHT.de  
www.wohlBEDACHT.de

## **2. Hauswirtschaftliche Hilfen**

Einkaufen gehen, Kochen, Putzen, Wäsche waschen - all dies sind komplexe Tätigkeiten, deren Bewältigung im Zuge der Demenz immer weniger gelingt. Besonders bei alleinlebenden Menschen mit Demenz sind es oft diese Haushaltstätigkeiten, bei denen als erstes ein Hilfsbedarf auftritt.

Sogenannte **haushaltsnahe Dienste** bieten hier Unterstützung an. Die Mitarbeiter benötigen dabei viel Fingerspitzengefühl: es ist für Betroffene in der ersten Zeit häufig eine höchst ungewohnte Situation, dass eine fremde Person in den eigenen vier Wänden wirtschaftet. Klären Sie deshalb mit den entsprechenden Anbietern, inwieweit diese über Konzepte und Erfahrungen im Umgang mit Menschen mit Demenz verfügen.

## **3. Ambulante Pflege**

Ambulante Pflegedienste unterstützen den Betroffenen sowohl bei der Körperpflege als auch bei medizinisch-pflegerischen Handlungen wie beispielsweise Medikamenteneinnahme und Wundversorgung. Häufig gibt es in der näheren Umgebung mehrere Pflegedienste.

Um den für Sie passenden Dienst zu finden, machen Sie am besten einen Termin aus. Im Gespräch können Sie klären, inwieweit der Pflegedienst auf Ihre Situation und Bedürfnisse eingehen kann und welche Hilfsmittel die Mitarbeiter für ihre Tätigkeit brauchen. Fragen Sie auch danach, inwieweit die Mitarbeiter im Umgang mit Menschen mit Demenz geschult sind.

#### **Ambulanter Alten- und Krankenpflegedienst**

Heike Kühn  
Ludwig-Thoma-Straße 30  
85229 Markt Indersdorf  
Telefon: 08136 8091162  
E-Mail: info@pflegedienst-marktindersdorf.de  
Internet: www.pflegedienst-marktindersdorf.de

### **Ambulanter Kranken- und Altenpflegedienst JES**

Mittermayerstraße 21  
85221 Dachau  
Telefon: 08131 80293  
E-Mail: info@jes-pflege.de

### **Ambulante Pflege NOAH**

Augsburger Straße 43, 85221 Dachau  
Telefon: 08131 4307533  
E-Mail: info@noah.bayern  
Internet: www.noah.bayern

### **AML-Pflegedienst**

Indersdorfer Straße 49, 85244 Röhrmoos  
Telefon: 08139 7518  
E-Mail: info@pflegedienst-aml.de

### **AWO Pflege gGmbH**

#### **Sozialstation Altomünster**

St. Althof 3  
85250 Altomünster  
Telefon: 08254 995444  
E-Mail: sozialstation-altomuenster@awo-dachau.de  
Internet: www.awo-dachau.de

### **AWO Pflege gGmbH**

#### **Sozialstation Dachau**

Rudolf-Diesel Straße 1  
85221 Dachau  
Telefon: 08131 71117  
E-Mail: sozialstation-dachau@awo-dachau.de  
Internet: www.awo-dachau.de

### **AVZ Ihr Pflegeteam**

Am Pfanderling 5, 85778 Haimhausen  
Telefon: 08133 93 930-0  
E-Mail: avz-pflegeteam@web.de  
Internet: www.avz-pflegeteam.de

### **Betreuung und Pflege zuhause CURANUM**

#### **Karlsfeld**

Münchner Straße 187  
85757 Karlsfeld  
Telefon: 08131 454379-0  
E-Mail: karlsfeld@korian.de  
Internet: www.curanum.de

### **Caritas Sozialstation**

Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: 08131 2981600  
E-Mail: Sozialstation-dah@caritasmuenchen.de  
Internet: www.caritas-nah-am-naechsten.de

### **Die Pflegeengel**

Ulmenstraße 8  
85247 Schwabhausen  
Telefon: 08138 697725  
E-Mail: info@pflegeengel-schwabhausen.de  
Internet: www.pflegeengel-schwabhausen.de

### **gema Ambulante Kranken- u. Altenpflege**

Münchner Straße 159  
85757 Karlsfeld  
Telefon: 08131 3320867  
E-Mail: gemapflegedienst@outlook.com  
Internet: www.gema-pflegedienst.de

### **Ihr Pflegeteam mit Herz**

Herbststraße 10, 85253 Erdweg  
Telefon: 08138 1885  
E-Mail: info@pflegeteam-herz.de

### **miCura Pflegedienste Dachau GmbH**

Hochstraße 27, 85221 Dachau  
Telefon: 08131 3339690  
E-Mail: dachau@micura.de  
Internet: www.micura.de

## **PFLEGEHEIME**

### **Caritas-Altenheim Marienstift**

*beschützende Pflegeplätze vorhanden*  
Schillerstraße 40  
85221 Dachau  
Telefon: 08131 56 920  
Internet: www.caritas-altenheim-dachau.de

### **Caritas-Altenheim St. Josef**

Sommerstraße 18  
85757 Karlsfeld  
Telefon: 08131 3832-0  
Internet: www.caritas-altenheim-karlsfeld.de

### **Curanum – Pflegezentrum**

*beschützende Pflegeplätze vorhanden*  
Münchhausenstraße 2  
85757 Karlsfeld  
Telefon: 08131 3820-0  
Internet: www.korian.de

### **Danuvius Haus Petershausen**

Einrichtung für Menschen mit  
Demenzkrankungen  
Münchner Straße 42  
85238 Petershausen  
Telefon: 08137 99 60-0  
Internet: www.danuviusklinik.de/danuvius\_pflege/  
danuvius\_haus\_petershausen

### **Friedrich-Meinzolt-Haus**

Ludwig-Ernst-Straße 12  
85221 Dachau  
Telefon: 08131 33 380  
Internet: www.im-muenchen.de

### **Kursana Domizil Dachau**

Freisinger Straße 45  
85221 Dachau  
Telefon: 08131 33834-0  
Internet: www.kursana.de/dachau

### **Pflegeheim Wollomoos GmbH**

*beschützende Pflegeplätze vorhanden*  
Lindenbergstraße 3  
85250 Altomünster-Wollomoos  
Telefon: 08254 8633  
Internet: www.pflegeheim-wollomoos.de

### **pro seniore Wohnpark Ebersbach**

*beschützende Pflegeplätze vorhanden*  
Lindacher Feld 1  
85258 Ebersbach  
Telefon: 08137 933 501 oder 933-0  
Internet: www.pro-seniore.de/  
hausdetail/bayern/Ebersbach

### **Seniorenwohnen Altoland**

Aichacher Straße 1  
85250 Altomünster  
Telefon: 08254 99800  
Internet: www.seniorenwohnen.brk.de

### **Senioren-Zentrum Odelzhausen**

Marktstraße 9 a  
85235 Odelzhausen  
Telefon: 08134 557626-0  
Internet: www.pichlmayr.de/odelzhausen

### **Senterra Pflegeresidenz**

Maroldstraße 49  
85229 Markt Indersdorf  
Telefon: 08136 80610  
Internet: www.alloheim.de

### **Stationäre Pflegeeinrichtung für Senioren**

Franziskuswerk Schönbrunn gGmbH  
Viktoria-von-Butler-Straße 1  
85244 Schönbrunn  
Telefon: 08139 800-8116  
Internet: www.franziskuswerk.de

### **Pflegezentrum Esterhofen**

Bgm.-Zeiner-Ring 36  
82556 Vierkirchen  
Telefon: 08139 9340  
Internet: www.pflegezentrum-esterhofen.de

### **Wohn- und Pflegezentrum**

#### **Haus Anna-Elisabeth**

*beschützende Pflegeplätze vorhanden*  
Weiherweg 6 – 7  
85757 Karlsfeld  
Telefon: 08131 29902-0  
Internet: www.archenoris.net



## M & M Alten- und Krankenpflagedienst

Freisinger Straße 1 b  
85229 Markt Indersdorf  
Telefon: 08136 229840  
E-Mail: info@mmpflege.de  
Internet: www.mmpflegedienst.com

## MOBILE –

### Häusliche Kranken- und Altenpflege GmbH

Schleißheimer Straße 74 , 85221 Dachau  
Telefon: 08131 539647  
E-Mail: info@mobile-pflege-dachau.de  
Internet: www.mobile-pflege-dachau.de

### Häusliche Kranken- und Altenpflege GmbH

Hauptstraße 7, 85253 Erdweg  
Telefon: 08138 667278  
Internet: www.mobile-pflege-dachau.de

## pflegeperfekt

Münchner Straße 52 – 54, 85221 Dachau  
Telefon: 08131 3189131  
E-Mail: info@pflegeperfekt.de  
Internet: www.pflegeperfekt.de

## Pflegefeen GmbH

Münchner Straße 12, 85221 Dachau  
Telefon: 08131 9990123  
E-Mail: info@pflegefeen.de  
Internet: www.pflegefeen.de

## 4. Tagespflege

Die **Tagespflege** ist ein Angebot für Menschen, die daheim wohnen, aber tagsüber eine Betreuung benötigen. Je nach Bedarf und finanziellen Möglichkeiten kann die Tagespflege halb- oder ganztags, an einzelnen Tagen oder an allen fünf Werktagen in Anspruch genom-

men werden. Neben der Alltagsgestaltung und Mahlzeitenversorgung übernehmen die Mitarbeiter der Tagespflege auch pflegerische Aufgaben. Zusätzlich gibt es in der Regel einen Fahrdienst, der den Betroffenen morgens abholt und ihn abends wieder zurückbringt.

Die Tagespflege ist manchmal kein spezialisiertes Angebot für Menschen mit Demenz. Fragen Sie deshalb vorher an, ob Menschen mit Demenz dort betreut werden können.

## Tagespflege im Landkreis

### Villa Sonnenschein

Banater Straße 15, 85221 Dachau  
Telefon: 08131 279930  
Internet: www.tagespflege-villasonnenschein.de

### Tagespflege im Caritas-Altenheim Marienstift

Schillerstraße 40, 85302 Dachau  
Telefon: 08131 5692-0  
Internet: www.caritas-altenheim-dachau.de

### Tagespflege Noah

Industriestraße 11 a , 85229 Markt Indersdorf  
Telefon: 08136 807909-0  
Internet: noah.bayern.de

### Tagesbetreuung RosenGarten

Höcherstr. 7, 80999 München  
Telefon: 089 / 81 80 209 -10  
E-Mail: hilfe@tagesbetreuung.info

## 5. Nachtbetreuung

Die Nachtbetreuung bietet eine weitere Entlastungsmöglichkeit für pflegende Angehörige. Sie ermöglicht es Angehörigen zum Beispiel, Abendtermine wahrzunehmen oder in Kombination mit der Tagesbetreuung ein Wochenende für sich zu haben.

Die Nachtbetreuung kann über die Verhinderungspflege abgerechnet werden.

## Nachtbetreuung wohlBEDACHT e.V.

Höcherstr. 7, 80999 München  
Telefon 089 / 81 80 209-10  
E-Mail: info@wohlBEDACHT.de

## 6. Kurzzeitpflege und Verhinderungspflege

Wenn die Pflege und Betreuung daheim vorübergehend nicht möglich ist (beispielsweise weil eine Pflegeperson krank oder in Urlaub ist), können Sie die sogenannte **Kurzzeitpflege** in Anspruch nehmen. Pflegebedürftige Menschen ab Pflegegrad 2 haben Anspruch auf Kurzzeitpflege.

Viele Senioren- und Pflegeheime bieten Kurzzeitpflege an. Wenn Sie die Kurzzeitpflege langfristig planen, sollten Sie entsprechende Pflegeheime vorher in Augenschein nehmen, um eine Einrichtung zu finden, in der sich der Mensch mit Demenz wohl fühlt (vgl. Kapitel „Pflegeheime“).

Zusätzlich gibt es einen Anspruch auf **Verhinderungspflege**, wenn

- jemand seit mindestens 6 Monaten Leistungen der Pflegeversicherung bezieht
- die Person, die die Pflege leistet, verhindert ist (beispielsweise durch Urlaub oder Krankheit)

Die Verhinderungspflege ist sehr flexibel nutzbar: Sie kann, nach Absprache mit der Pflegekasse, auf mehreren Zeitabschnitte im Jahr verteilt werden. Sie kann in einer stationären Einrichtung erfolgen, aber ebenso auch daheim oder in einer anderen Wohnung. Die Verhinderungspflege darf nur von nahestehenden Personen durchgeführt werden, die nicht bis zum zweiten Grad verwandt sind. Sonderregelungen sind bei den Pflegekassen zu erfragen.



**Danuvius Haus**  
Einrichtung für Menschen mit Demenzerkrankung



**Unsere Leistungen für Menschen mit einer Demenzerkrankung:**

- vollstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Verhinderungspflege

Danuvius Haus Petershausen  
Münchner Straße 42 · 85238 Petershausen  
Telefon: 08137 / 99 60 0 · info@danuvius-petershausen.de  
[www.danuviushaus.de](http://www.danuviushaus.de)

## 7. Gedächtnistraining und Schulungen zum Thema Demenz

### Dachauer Forum

Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Dachau mit dem Programm Gesundheit und Gedächtnis

### Qualifizierung Seniorenbegleiter/in

mit dem Schwerpunkt Demenz.  
Aufbaukurs im Herbst, Neustart im Frühjahr 2020.  
Ludwig- Ganghofer- Str. 4, 85221 Dachau  
Tel. 08131 / 99 6 88 - 0  
info@dachauer-forum.de, www.dachauer-forum.de

### Sybille Lichti, Gedächtnistrainerin BVGT

Otto-Hahn-Straße 14, 85221 Dachau  
Telefon: 08131 352706, Fax: 08131 352788  
E-Mail: info@gehirnaktion.de

## Initiative Demenz-Partner der Deutschen Alzheimer Gesellschaft

Bei den „Kompakt-Kursen“ über die Aktion „Demenz-Partner“ können Angehörige, Erkrankte, Ehrenamtliche und alle Interessierten Wissen über die Demenz-Erkrankung gewinnen und erfahren, wie man damit gut umgehen kann. Die Idee der Aktion lautet „Jeder kann Demenz-Partner sein“ – wenn wir alle gut informiert sind, ist es viel leichter, der Krankheit im Alltag zu begegnen. Zugleich wird es damit für die Erkrankten und deren Bezugspersonen leichter und weniger belastend, sich mit der Demenz zu zeigen. Angebote hier im Landkreis finden Sie unter [www.demenz-partner.de](http://www.demenz-partner.de)



Weitere Informationen dazu

### Landratsamt Dachau

Demographie Managen, Christa Kurzlechner  
Bürgermeister-Zauner-Ring 11, 85221 Dachau  
E-Mail: [christa.kurzlechner@lra-dah.bayern.de](mailto:christa.kurzlechner@lra-dah.bayern.de)  
Internet: [www.landratsamt-dachau.de](http://www.landratsamt-dachau.de)

## 8. Nachbarschaftshilfen

Die Nachbarschaftshilfen übernehmen die verschiedensten Aufgaben um Angehörige und Betroffene in ihrem Alltag zu unterstützen. Zu diesen Aufgaben zählen u.a.

- Fahrdienste zur Unterstützung bei Behördengängen oder Arztbesuchen
- Kleinere Besorgungsfahrten oder Begleitung beim Einkauf

- Hilfe im Haushalt
- Unterstützung bei Notfällen
- Hilfe bei Gartenarbeiten und Schneeräumen Besuche und Begleitung älterer Menschen. Nachbarschaftshilfen gibt es in fast jeder Gemeinde im Landkreis Dachau.

Die jeweiligen Ansprechpartner erfragen Sie bei Ihrer Gemeindeverwaltung oder im örtlichen Pfarrbüro.

Die Nachbarschaftshilfen werden fortlaufend fachlich begleitet von der Caritas.

### Caritas-Zentrum Dachau – Gemeindecaritas und Ehrenamt

Irmgard Haas  
Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Tel. 08131 / 298-1130  
[Irmgard.Haas@caritasmuenchen.de](mailto:Irmgard.Haas@caritasmuenchen.de)  
[www.caritas-nah-am-naechsten.de](http://www.caritas-nah-am-naechsten.de)

## 9. Hospiz- und Palliativdienste

### Palliativ-Hospiz

#### Elisabeth-Hospizverein Dachau e.V.

Betreuung durch HospizbegleiterInnen, welche von zwei Koordinierungsstellen organisiert werden.

HospizbegleiterInnen

- sind ehrenamtlich tätig,
- haben sich sorgfältig auf diese Aufgabe vorbereitet,
- werden von der Einsatzleitung in ihre Tätigkeit eingeführt,
- stehen bis zu 4 Std. in der Woche zur Verfügung,
- unterliegen der Schweigepflicht,
- besuchen die Patienten da, wo sie leben, also zu Hause, im Krankenhaus oder im Alten- bzw. Pflegeheim,
- entlasten und unterstützen Angehörige in der Betreuung,

- hören zu und stehen als Gesprächspartner zur Verfügung,
- begleiten beim Spaziergang, Arztbesuch oder Einkauf,
- leisten praktische Hilfestellung im Alltag,
- sind einfach da - offen für Wünsche und Bedürfnisse der Betroffenen.

Landsberger Str. 11, 85221 Dachau  
Tel. 08131/ 2 98 10 06  
[Elisabethhospiz@caritasmuenchen.de](mailto:Elisabethhospiz@caritasmuenchen.de)  
[www.hospizvereindachau.de](http://www.hospizvereindachau.de)

### Palliativteam Dachau

Aufgaben:

- Betreuung Zuhause
- Beratung und Begleitung
- Individuelle Betreuung
- Koordinierung
- 24 Stunden Bereitschaftsdienst

Augsburger Straße 39  
85221 Dachau  
Tel. 08131/ 2 74 99 11  
[info@palliativteam-dachau.de](mailto:info@palliativteam-dachau.de)  
[www.palliativteam-dachau.de](http://www.palliativteam-dachau.de)

## 3.4 TECHNISCHE HILFEN

Vom Bügeleisen, das sich selbständig ausschaltet, wenn es nicht mehr gebraucht wird, bis hin zum Ortungssystem, mithilfe dessen eine Person, die sich verlaufen hat, wiedergefunden werden kann – die Bandbreite technischer Unterstützungsmöglichkeiten für das häusliche Leben mit Demenz ist mittlerweile groß.

Es würde zu weit führen, alle diese Hilfen hier aufzuzählen. Einen guten Einblick finden Sie in der Broschüre „Sicher und selbstbestimmt – Technische Hilfen für Menschen mit Demenz“, die sie kostenlos bei der Deutschen Alzheimer Gesellschaft anfordern können.

In dieser Broschüre werden fünf Bereiche genannt, in denen Technik nützlich sein kann:

- **Sicherheit** – mögliche Gefahrenquellen (wie die vergessene Herdplatte) werden ausgeschlossen.
- Räumliche Orientierung – Beispiel: technische Systeme, die dem Betroffenen helfen, sich in seiner Wohnung besser zu recht zu finden.
- Gesundheit – Beispiel: Systeme, mit denen Stürze vermieden werden.
- Anregung und Aktivität – dieser Bereich umfasst technische Geräte, beispielsweise zur Unterhaltung oder Kommunikation. Als Beispiele seien leicht zu bedienende Handys oder der CD-Spieler, der nur über einen einzigen An/Aus-Knopf bedient wird, genannt.
- Pflege: technische Hilfsmittel, die die Körperpflege erleichtern.

Es lohnt sich also, sich über mögliche technische Hilfen zu informieren. Nicht alles ist kostspielig. Und wenn es um Maßnahmen der Wohnanpassung geht, haben Sie unter Umständen Anspruch auf Zuschüsse durch die Pflegeversicherung (vgl. Kap. 4).

Zu Fragen der technischen Ausstattung und Hilfsmitteln berät Sie auch die Wohnberatungstelle vom VdK in Dachau (vgl. Kap. 3.1)

## 3.5 FREIZEITANGEBOTE FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ UND IHRE ANGEHÖRIGEN

So normal wie möglich leben - ein Wunsch vieler Betroffener und ihrer Angehörigen: Aus dem Haus kommen, etwas erleben, Spaß haben und die Krankheit wenigstens stundenweise vergessen können. Reguläre Freizeitangebote sind häufig noch zu wenig auf die Bedürf-

nisse von Menschen mit Demenz eingestellt. Dafür gibt es mehr und mehr Angebote speziell für Betroffene und ihre Familien.

Und warum nicht noch einmal zusammen in Urlaub gehen? Fragen Sie bei der Deutschen Alzheimer Gesellschaft oder bei deren Landesgeschäftsstelle nach entsprechenden Reiseangeboten.

Ausflugsguppe „Kunst und Natur“ für demenzkranke Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Fachpersonal.

#### **wohIBEDACHT e.V.**

Höcherstr. 7, 80999 München

Telefon 089/ 81 80 209-30

E-Mail: [info@wohIBEDACHT.de](mailto:info@wohIBEDACHT.de)

Internet: [www.wohIBEDACHT.de](http://www.wohIBEDACHT.de)

### **3.6 AMBULANT BETREUTE WOHNGEMEINSCHAFTEN**

Eine ambulant betreute Wohngemeinschaft ist eine Wohnform, die dem Zweck dient, pflegebedürftigen Menschen das Leben in einem gemeinsamen Haushalt und die Inanspruchnahme externer Pflege- und Betreuungsleistungen zu ermöglichen.

Im Landkreis Dachau gibt es derzeit kein Angebot dieser Art. Die nächst erreichbaren Möglichkeiten finden Sie hier:

#### **Verein „Älter werden in Eching e.V.“ – ambulant betreute Wohngemeinschaft**

Bahnhofstraße 4, 85386 Eching, Telefon 089 327142-0  
[lebich@asz-eching.de](mailto:lebich@asz-eching.de), [www.asz-eching.de](http://www.asz-eching.de)

## **Empfehlungen für die Auswahl des Pflegeheims**

- Wenn es vor Ort mehrere Pflegeheime gibt, so vergleichen Sie.
  - Sind die Mitarbeiter im Umgang mit Demenz geschult?
  - Welche räumlichen Gestaltungselemente werden eingesetzt, um die Orientierung zu erleichtern und die Wohnlichkeit zu erhöhen?
- Nehmen Sie das Pflegeheim persönlich in Augenschein. Bitten Sie um eine Führung durch das Haus.
- Suchen Sie das Gespräch mit der Heim- oder Pflegedienstleitung. Hilfreiche Fragen sind hier:
  - Verfügt die Einrichtung über ein Demenzkonzept?
  - Wie wird konkret im Alltag auf die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz eingegangen?
  - Wie geht die Einrichtung mit schwierigen Situationen im Alltag um (zum Beispiel herausfordernden Verhalten von Menschen mit Demenz, oder sog. „Hinlauftendenzen“, wenn Bewohner die Einrichtung verlassen und sich verlaufen?)
- Vergleichen Sie auch die Pflegekosten unterschiedlicher Heime. Allerdings gilt hier: Ein „teures“ Pflegeheim ist zwar nicht automatisch gut, aber gute Pflege und Betreuung ist häufig auch mit höheren Kosten verbunden.

Weitergehende Informationen erhalten Sie in der Broschüre „Mit Demenz im Pflegeheim. Ratgeber für Angehörige von Menschen mit Demenz“, die Sie bei der Deutschen Alzheimer Gesellschaft bestellen können.

#### **wohIBEDACHT – Wohnen für dementiell Erkrankte e.V.**

Höcherstr. 7, 80999 München

089/81 80 209-30

[info@wohIBEDACHT.de](mailto:info@wohIBEDACHT.de) , [www.wohIBEDACHT.de](http://www.wohIBEDACHT.de)

### **3.7 STATIONÄRE PFLEGE**

Der Umzug in ein Pflegeheim ist ein Schritt, mit dem sich viele Betroffene und Angehörige schwer tun. Gerade Angehörigen machen sich häufig Vorwürfe: Hätte es nicht doch noch eine andere Lösung gegeben? Doch gerade bei einer Demenz kann der Punkt erreicht werden, wo deutlich wird: Es geht daheim einfach nicht mehr! Und dann ist ein Umzug ins Pflegeheim auch im Interesse des Menschen mit Demenz, weil die aufwändige Pflege dort eher möglich ist als daheim.

***Studienergebnisse zeigen:  
Man kann sich im Pflegeheim sehr wohl einleben und dort ein gute Zeit verbringen. Das Leben im Pflegeheim bietet Chancen und Anregungen, die oft unterschätzt werden.***

Deshalb macht es Sinn, das Thema „Pflegeheim“ nicht von vornherein wegzuschieben. Egal ob als Betroffener oder als Angehöriger: Nehmen Sie ruhig einmal ganz unverbindlich Kontakt zu dem ein oder anderen Pflegeheim auf, auch wenn ein Umzug noch gar nicht ansteht. Manche Berührungsängste werden überwunden, wenn Sie mit den Mitarbeitern persönlich sprechen oder an Veranstaltungen in der Einrichtung teilnehmen können.

Die erste Frage bei der Auswahl eines Pflegeheimes ist häufig die nach der Wohnlage: Eher im Nahbereich der ehemaligen Wohnung, also im vertrauten Wohnumfeld des Betroffenen, oder lieber in der Nähe eines Angehörigen, der dann häufiger zu Besuch kommen kann?

Die zweite Frage ist: Wie finden wir das „richtige“ Pflegeheim? Welches Heim passt zu den individuellen Bedürfnissen, und ist das Heim ausreichend auf die Pflege von Menschen mit Demenz eingestellt?

Eine Liste der stationären Pflegeeinrichtungen finden Sie auf Seite 29. Weitere Informationen finden Sie auf den Seiten des Landratsamts [www.landratsamt-dachau.de](http://www.landratsamt-dachau.de)

### **3.8 MEIN ANGEHÖRIGER MIT DEMENZ MUSS INS KRANKENHAUS – WAS TUN?**

Ein Krankenhausaufenthalt stellt für Menschen mit Demenz ein höchst schwieriges Ereignis dar: die fremdartige, wenig anheimelnde Umgebung, fremde Personen, ein ungewohnter Tagesablauf, und Einschränkungen, die nicht immer verstanden werden (z.B. die Notwendigkeit, im Bett liegen zu bleiben).

Häufig kommt es vor, dass die Demenzsymptomatik im Krankenhaus stark zunimmt. Auch können Verhaltensweisen wie Unruhe, Ängstlichkeit oder Aggressivität auftreten oder sich verstärken. Trotzdem lässt sich ein Krankenhausaufenthalt nicht immer vermeiden.

#### **Was können Sie tun, damit die Situation nicht eskaliert?**

- Informieren Sie unbedingt die Mitarbeiter der Klinik über die Demenzerkrankung.
- Vertraute Dinge geben in fremder Umgebung inneren Halt. Überlegen Sie, was Sie Ihrem Angehörigen mitgeben können (Beispiel: die Handtasche, die jemand immer dabei hatte).
- Helfen Sie den Klinikmitarbeitern durch Tipps: Was regt Ihren Angehörigen schnell auf? Auf was sollte man im Umgang mit ihm achten? Hat er besondere Vorlieben oder Eigenarten, auf die man eingehen sollte?

- Wenn es Ihnen möglich ist, während des Krankenhausaufenthaltes bei Ihrem Angehörigen zu bleiben, fragen Sie nach, ob Sie mit aufgenommen werden können (Stichwort: „Rooming in“). Vielleicht können Sie sich mit anderen Familienmitgliedern bitte abwechseln.
- Ansonsten sind die Mitarbeiter häufig dankbar, wenn sie in einer Situation, in der Ihr Angehöriger sehr durcheinander ist, kurz Telefonkontakt mit Ihnen herstellen können. Ihre vertraute Stimme wird den Betroffenen in der Regel besser beruhigen, und Ihnen glaubt er unter Umständen, was er den Mitarbeitern nicht glaubt.
- Sprechen Sie mit den zuständigen Ärzten, wenn Sie den Eindruck haben, dass Ihr Angehöriger mit der Situation im Krankenhaus überfordert ist, oder dass ihm die therapeutischen Maßnahmen nicht gut tun.

Leider gibt es bislang nur wenige Reha-Kliniken speziell für Demenz. Aber die sogenannte **Geriatrische Rehabilitation** ist ebenfalls auf eine umfassende Förderung hin ausgerichtet und kann bei einer beginnenden bis mittelgradigen Demenz hilfreich sein. Manche Reha-Kliniken nehmen auch Angehörige mit auf, damit der Betroffene während seines Aufenthalts in der ungewohnten Umgebung eine vertraute Bezugsperson in seiner Nähe hat.

Geriatrische Rehabilitation im Landkreis Dachau:

#### **Helios Amper Klinik Indersdorf**

Abteilung für ambulante und stationäre geriatrische Rehabilitation  
Maroldstraße 45, 85229 Markt Indersdorf  
Telefon: 08136 939-0  
Internet: [www.helios-gesundheit.de/kliniken/indersdorf](http://www.helios-gesundheit.de/kliniken/indersdorf)

Sprechen Sie mit dem behandelnden Arzt über Möglichkeiten einer Rehabilitation. Diese muss vom Arzt beantragt und von der Kasse genehmigt werden. Holen Sie hier ggf. weiteren Rat. Es ist mittlerweile belegt, dass auch Menschen mit Demenz von einer Rehabilitation profitieren. Dennoch gibt es immer noch Ärzte und auch Sachbearbeiter bei den Krankenkassen, die diesen Nutzen in Zweifel ziehen.

### **3.9 REHABILITATION**

Ziel rehabilitativer Maßnahmen ist es, körperliche und geistige Fähigkeiten sowie Alltagskompetenzen eines Menschen wiederzustellen oder zu erhalten. Rehabilitation kann sowohl ambulant als stationär in einer Reha-Klinik durchgeführt werden.



### **3.10 BERATUNG IM INTERNET**

Vielleicht möchten Sie Ihre Sorgen und Anliegen lieber schriftlich als mündlich ausdrücken. Für gesetzlich Versicherte gibt es hier ein kostenfreies und anonymes Beratungsangebot im Internet. Auf der Seite [www.pflegen-und-leben.de](http://www.pflegen-und-leben.de), die von vier Krankenkassen finanziert wird, können Sie mit einem einfachen Test den Grad Ihrer Belastung durch die Pflege einschätzen.

Sie können das, was Sie beschäftigt und bewegt, schriftlich an das Beratungsteam senden, das aus qualifizierten Psychologen besteht, und erhalten innerhalb von wenigen Tagen eine Antwort.



## **4 FINANZIERUNGSMÖGLICHKEITEN**

Wenn die Pflege und Betreuung für einen Menschen mit Demenz zu regeln sind, stellen sich in der Regel auch Finanzierungsfragen – sei es, weil ein Angehöriger seine Erwerbstätigkeit wegen der pflegerischen Aufgaben aufgibt und ein Einkommen wegfällt oder weil Pflege- und Betreuungsleistungen in Anspruch genommen werden, die zusätzliche Kosten verursachen. Wenn es um finanzielle Aspekte geht, empfiehlt es sich sehr, sich beraten zu lassen. Ins-

besondere die Leistungen der Pflegeversicherung sind so vielfältig, dass es schwer fällt zu erkennen, welche Ansprüche im individuellen Fall bestehen.

Im Folgenden finden Sie eine Übersicht über die wichtigsten Finanzierungsleistungen für pflegebedürftige Menschen und für Menschen mit Demenz.

## 4.1 LEISTUNGEN DER PFLEGEVERSICHERUNG

### Die Pflegegrade

Wer in erheblichem Maße pflegebedürftig ist oder aufgrund einer Demenz einer Betreuung im Alltag bedarf, hat Anspruch auf Leistungen der Pflegeversicherung.

Der Umfang dieser Leistungen hängt vom Grad der Pflegebedürftigkeit ab. 2017 wurden die bis dahin bestehenden Pflegestufen durch **fünf Pflegegrade** abgelöst. Dadurch werden endlich demenzkranke und körperlich erkrankte Pflegebedürftige leistungsgerechtlich gestellt.

Zugleich wurde ein neues Begutachtungsverfahren eingeführt. Ausschlaggebend für die Zuweisung eines Pflegegrades ist der Grad der Selbstständigkeit in insgesamt sechs Bereichen. Hierzu zählen:

(1) die Mobilität, (2) die Fähigkeit, krankheits- und therapiebedingte Anforderungen (bspw. in Bezug auf die Medikation) selbstständig zu bewältigen, (3) kognitive und kommunikative Fähigkeiten (etwa die räumliche und zeitliche Orientierung), (4) Verhaltensweisen und psychische Problemlagen (bspw. motorische Auffälligkeiten oder verbale Aggression), (5) die Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte und (6) die Selbstversorgung (bspw. in Bezug auf die Körperpflege oder das An- und Auskleiden).

Den empfohlenen Pflegegrad errechnen die Gutachter anhand einer Gesamtpunktzahl, die die obengenannten Bereiche in unterschiedlicher Gewichtung berücksichtigt. Entscheidend ist, in welchem Maße die Selbstständigkeit eingeschränkt ist:

### Pflegegeld und Pflegesachleistungen

Wird eine Person daheim von Angehörigen oder anderen nicht erwerbsmäßig pflegenden Personen versorgt, so erhält der pflegebedürftige Mensch das sogenannte **Pflegegeld**, um die Pflegeperson zu vergüten.

Wird ein professioneller Pflegedienst mit der Betreuung betraut, so kann der Pflegebedürftige **Pflegesachleistungen** beziehen. Der Pflegedienst rechnet dann seine Tätigkeiten direkt mit der Pflegekasse ab.

Beide Leistungsarten (Pflegegeld und Pflegesachleistungen) können miteinander kombiniert werden.

### Weitere Leistungen der Pflegeversicherung

Wer Leistungen der Pflegeversicherung bezieht, kann zusätzlich auch anfallende Kosten für weitere Hilfen ganz oder teilweise erstattet bekommen. Hierzu zählen beispielsweise die Kurz-

zeitpflege und die Verhinderungspflege (Stand 2018: jeweils 1.612 Euro).

Daneben können Sie auch Zuschüsse zu Pflegehilfsmitteln und technischen Pflegehilfen oder dem barrierefreien Umbau beantragen.

Auch für die Betreuung im Alltag (beispielsweise durch ehrenamtliche Helfer oder durch einen Pflegedienst, der vorliest oder spazieren geht) kann finanzielle Unterstützung beantragt werden.

### Wie verläuft das Antragsverfahren?

Leistungen der Pflegeversicherung werden bei der Pflegekasse des pflegebedürftigen Menschen beantragt. Fragen Sie die Sachbearbeiter der zuständigen Krankenkasse nach den entsprechenden Antragsunterlagen.

Im nächsten Schritt lässt die Pflegekasse durch den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung („MDK“, bei privaten Pflegekassen „Medicproof“) das Ausmaß der Pflege überprüfen.

Der Medizinische Dienst sucht die pflegebedürftige Person daheim auf und macht sich im Gespräch mit ihr und ihren Angehörigen sowie mithilfe von Tests, ein Bild davon, in welchem Umfang und bei welchen Alltagstätigkeiten Hilfe benötigt wird.

Im Anschluss erstellt er ein Gutachten, auf dessen Basis dann entschieden wird, ob Leistungen der Pflegeversicherung gewährt werden und in welche Stufe der Pflegebedürftige eingruppiert wird.

## 4.2 LEISTUNGEN DER KRANKENKASSE

Gibt es bei dem Betroffenen einen medizinischen Behandlungsbedarf, können Leistungen der Krankenkasse beantragt werden. Dazu gehört beispielsweise die medizinische Behandlungspflege: Stellvertretend seien hier die Unterstützung bei der Einnahme von Medikamenten oder beispielsweise Insulinspritzen bei Diabetikern genannt.

Solche Maßnahmen bedürfen der Verordnung durch einen Arzt und werden von entsprechenden Fachkräften (beispielsweise dem ambulanten Pflegedienst) durchgeführt.

## 4.3 LEISTUNGEN DER SOZIALHILFE

Für viele Hilfen gewährt die Pflegekasse zwar Zuschüsse, diese reichen jedoch häufig nicht aus, um die entstandenen Kosten vollständig zu decken. In solchen Fällen kann, wenn Einkommen und Vermögen nicht ausreichen, beim zuständigen Sozialhilfeträger ein Antrag auf Übernahme der nicht gedeckten Kosten gestellt werden.

Pflegegrad	Begutachtungsergebnis
Pflegegrad 1	Geringe Beeinträchtigung der Selbstständigkeit (12,5 bis unter 27 Punkte)
Pflegegrad 2	Erhebliche Beeinträchtigung der Selbstständigkeit (27 bis unter 47,5 Punkte)
Pflegegrad 3	Schwere Beeinträchtigung der Selbstständigkeit (47,5 bis unter 70 Punkte)
Pflegegrad 4	Schwerste Beeinträchtigung der Selbstständigkeit (70 bis unter 90 Punkte)
Pflegegrad 5	Schwerste Beeinträchtigung der Selbstständigkeit mit besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung (90 bis 100 Punkte)

Pflegegrad	Pflegegeld (2018)	Pflegesachleistungen (2018)
Pflegegrad 1	Anspruch Beratungsbesuche halbjährlich	125 €
Pflegegrad 2	316 €	689 €
Pflegegrad 3	545 €	1.298 €
Pflegegrad 4	728 €	1.612 €
Pflegegrad 5	901 €	1.995 €

Bezirk Oberbayern, Servicestelle  
Prinzregentenstr. 14, 80538 München  
Telefon: 089 / 2198-21010, -21011 und -21012  
E-Mail: servicestelle@bezirk-oberbayern.de

Serviceteam Ambulante Hilfe zur Pflege Oberbayern  
E-Mail: ambulantepflege@bezirk-oberbayern.de

## 4.4 SCHWERBEHINDERTEN- AUSWEIS

Wenn durch die Demenzerkrankung die selbstständige Bewältigung des Alltagslebens eingeschränkt ist, besteht ein Anspruch auf einen Schwerbehindertenausweis. Je nach der Art der Einschränkungen haben Sie damit unterschiedliche Nachteilsausgleiche, z.B. Ermäßigung bei der KFZ-Steuer, Befreiung von der Rundfunk-Gebühr oder Freifahrten im öffentlichen Nahverkehr.

Der Antrag auf Schwerbehinderung wird beim örtlichen Versorgungsamt gestellt. Zusammen mit dem Antrag entbinden Sie die behandelnden Ärzte von ihrer Schweigepflicht, denn für die Bearbeitung werden die vorliegenden Diagnosen und Befunde eingeholt. Informieren Sie Ihre Ärzte deshalb am besten schon im Vorfeld einer Antragstellung und sprechen Sie diese mit ihnen ab.

## 4.5 ANSPRÜCHE BERUFSTÄTIGER PFLEGER ANGEHÖRIGER

Berufstätigkeit und Angehörigenpflege unter einen Hut zu bringen ist oft nicht leicht. Der Gesetzgeber hat daher verschiedene Regelungen getroffen, die pflegende Angehörige entlasten sollen.

**Kurzfristige Freistellung von der Arbeit:** Ist ein Mensch akut pflegebedürftig geworden, so darf ein naher Angehöriger einmalig bis zu zehn Tage der Arbeit fernbleiben, um alles Notwendige für die Pflege und Versorgung zu regeln. Der Arbeitgeber muss unverzüglich

über die Verhinderung und deren voraussichtliche Dauer informiert werden. Angehörige haben in diesen Fällen Anspruch auf das Pflegeunterstützungsgeld als Lohnersatzleistung. Dies wird auf Antrag von der Pflegekasse bzw. der privaten Pflegeversicherung gewährt.

**Pflegezeit:** Möchte der Angehörige die Pflege für einen längeren Zeitraum (bis zu sechs Monaten) selbst übernehmen, kann er für diese Zeit eine teilweise oder vollständige Freistellung von der Arbeit in Anspruch nehmen. Das Arbeitseinkommen ist dann allerdings entsprechend verringert oder entfällt ganz. Der Anspruch auf Pflegezeit besteht nur in Betrieben mit 15 oder mehr Beschäftigten.

**Familienpflegezeit:** Zudem haben Beschäftigte in Betrieben mit 25 oder mehr Beschäftigten die Möglichkeit, ihre Wochenarbeitszeit für einen Zeitraum von bis zu 24 Monaten auf bis zu 15 Stunden zu reduzieren. Die Pflegekasse übernimmt in dieser Zeit für die Pflegeperson die Beiträge zur Arbeitslosenversicherung und zahlt einen Zuschuss zur Kranken- und Pflegeversicherung.



Die Praxis für  
**Ergotherapie**

**Betätigungsorientierte und  
klientenzentrierte Ergotherapie**

**Hausbesuche und Gruppenangebote für  
Menschen mit Demenz im Landkreis Dachau**

Christine Kuhn  
Friedenstr. 51  
85221 Dachau  
Tel: 0 81 31 / 9 98 17 30

[info@ergotherapiepraxis-kuhn.de](mailto:info@ergotherapiepraxis-kuhn.de)  
[www.ergotherapiepraxis-kuhn.de](http://www.ergotherapiepraxis-kuhn.de)



## 5 RECHTLICHE FRAGEN

Die Diagnose Demenz bedeutet nicht automatisch, dass die Betroffenen nicht mehr über sich und ihr Leben bestimmen können. Doch im Verlauf der Erkrankung benötigen betroffene Menschen zunehmend mehr Unterstützung bei der Regelung ihrer Angelegenheiten.

### 5.1 RECHTLICHE BETREUUNG

Selbst bei fortgeschrittener Demenz können einfache Alltagsentscheidungen noch selbst getroffen werden, beispielsweise was man jetzt gerne tun oder was man essen möchte. Doch früher oder später benötigen Menschen mit Demenz eine rechtliche Vertretung, die für sie Rechtsgeschäfte übernimmt und Entscheidungen in ihrem Interesse trifft.

Wenn sich abzeichnet, dass ein Mensch mit der Regelung seiner Angelegenheiten überfordert ist, kann sowohl er selbst als auch jede beliebige andere Person bei dem örtlichen Amtsgericht oder bei der Betreuungsbehörde eine rechtliche Betreuung anregen.

Die Entscheidung, ob diese Betreuung eingerichtet wird, trifft das Betreuungsgericht anhand einer persönlichen Anhörung durch den / die Richter/in, einem fachärztlichen Gutachten, einem Sozialbericht der Betreuungsbehörde und ggf. weiterer Prüfschritte. Das Betreuungsgericht bestellt dann den / die rechtliche/n Betreuer/in und kontrolliert seine / ihre Tätigkeit. Liegt eine gültige Vorsorgevollmacht vor, muss keine rechtliche Betreuung eingerichtet werden (zur Vorsorgevollmacht siehe unten).

Eine rechtliche Betreuung wird nur für bestimmte Aufgabenbereiche eingesetzt, die der betroffene Mensch nicht mehr alleine regeln kann. Solche Aufgabenbereiche sind beispielsweise: Bestimmung des Aufenthaltsortes, Entscheidungen über medizinische Behandlung, Verwaltung von Einkommen und Vermögen. Bei bestimmten Entscheidungen (zum Beispiel, wenn freiheitsentziehende Maßnahmen notwendig werden sollten) muss der rechtliche Betreuer seinerseits die Einwilligung des Betreuungsgerichts einholen.

Die rechtliche Betreuung ist verpflichtet, die Entscheidungen im Sinne der Person zu treffen, die sie vertritt. Dies gelingt besser, wenn der/die Betreuer/in die betreffende Person schon länger kennt. Das Betreuungsgericht wird deshalb zunächst prüfen, ob ein/e Angehörige/r oder eine andere Person aus dem unmittelbaren Umfeld des/der Betroffenen bereit und in der Lage ist, diese Aufgabe zu übernehmen. Erst wenn niemand zur Verfügung steht (oder die Familienangehörigen untereinander zerstritten sind, so dass es notwendig erscheinen mag, die Verantwortung in „neutrale“ Hände zu legen), wird ein anderer Betreuer oder eine andere Betreuerin benannt.

Die Kosten, die durch die rechtliche Betreuung entstehen, werden bis zu einer bestimmten Einkommens- und Vermögensgrenze vom Staat bezahlt. Verfügt die betroffene Person über ein höheres Vermögen, so zahlt sie die Kosten der Betreuung selbst.

## 5.2 VORSORGE MÖGLICHKEITEN

Jedem Menschen kann es infolge eines Unfalls oder einer schweren Krankheit passieren, dass er kurzzeitig oder langfristig nicht mehr in der Lage ist, über sein Leben selbst zu bestimmen.

Doch spätestens, wenn eine Demenz diagnostiziert wird, stellen sich diese Fragen: Wer soll einmal meine rechtlichen Angelegenheiten regeln? Und wer soll an meiner Statt Entscheidungen über mein Leben treffen, wenn ich es einmal nicht mehr kann? Es gibt mehrere alternative Wege, hier Vorsorge zu treffen.

## Was braucht der Betreuer oder Bevollmächtigte?

■ Egal ob **Vorsorgebevollmächtigte/r** oder **zukünftige/r rechtliche/r Betreuer/in**: Die von Ihnen bestimmte Person sollte informiert sein und eine original unterschriebene Fassung des jeweiligen Dokuments (Betreuerausweis oder **Vorsorgevollmacht**) besitzen.

■ Die Person kann Sie besser vertreten, wenn Sie gut mit Ihren Werthaltungen und Wünschen vertraut ist. Deshalb sollten Sie auch die Gelegenheit nutzen, mit der Person über das zu sprechen, was Ihnen wichtig ist. Das gilt im Übrigen auch umgekehrt: Wenn Sie die rechtliche Vertretung zukünftig übernehmen werden, sollten Sie sich mit den Vorstellungen und Wünschen der Person, die Sie benannt hat, vertraut machen.

Weiterführende Literatur: „Betreuungsrecht – Mit ausführlichen Informationen zur **Vorsorgevollmacht**“ (kostenfrei beim Justizministerium erhältlich)

In einer **Betreuungsverfügung** kann eine Person als rechtliche Vertretung bestimmt oder ausgeschlossen werden. Es kann dabei festgehalten werden, was diese/r Vertreter/in im Falle einer Betreuung hinsichtlich der Lebensgestaltung berücksichtigen soll.

Eine Alternative zur **Betreuungsverfügung** ist die **Vorsorgevollmacht**. Hier ermächtigen Sie eine oder mehrere Personen, Sie rechtlich zu vertreten. In diesem Fall muss keine Betreuung eingerichtet werden. Das heißt aber zugleich: Sie müssen dieser Person vollkommen vertrauen können, denn Ihr Handeln unterliegt – im Gegensatz zur gesetzlichen Betreuung – nicht der Kontrolle des Betreuungsgerichts. Um eine **Vorsorgevollmacht** erteilen zu können, müssen Sie voll geschäftsfähig sein. Falls dies in Zweifel gezogen werden könnte, sollten Sie ein ärztliches Attest erstellen lassen oder die **Vorsorge-**

[www.muenchnerpflegeboerse.de](http://www.muenchnerpflegeboerse.de)

Sie suchen:

- Pflegeplätze im stationären- und Kurzzeitpflegebereich
- Ambulante Pflegedienste
- Allgemeine Informationen rund um die Pflege

Wir bieten:

- Übersicht über aktuell frei gemeldete stationäre- und Kurzzeitpflegeplätze
- Adressen ambulanter Pflegedienste
- Informationen zu alternativen Wohnformen im Alter
- Übersicht über Palliativ- und Hospizversorgung
- Informationen zu weiteren Beratungsangeboten zum Thema

Sie erreichen uns werktags von 09:00 bis 12:00 Uhr persönlich unter Telefon 089 – 62 000 222.

Die Münchner Pflegebörse ist ein Projekt des Trägervereins für regionale soziale Arbeit e.V. und wird finanziert von der Landeshauptstadt München und dem Landkreis München.



vollmacht durch einen Notar ausstellen lassen. Dieser prüft im Zweifel die Geschäftsfähigkeit des Vollmachtgebers. Soll die bevollmächtigte Person auch Bankgeschäfte erledigen, so benötigt sie hierfür in der Regel zusätzlich eine Vollmacht.

Mit einer **Patientenverfügung** legen Sie für den Fall einer fehlenden Einwilligungsfähigkeit fest, inwieweit und wie Sie in einer solchen Situation medizinisch behandelt werden wollen. Die Patientenverfügung ist, wenn sie dem/der behandelnden Arzt/Ärztin vorliegt, rechtlich bindend. Deshalb gilt hier, dass Sie zum Zeitpunkt der Abfassung einwilligungsfähig sein müssen. Die Patientenverfügung muss schriftlich niedergelegt sein. Ihr/e zukünftige/r Betreuer/in oder **Vorsorgebevollmächtigte/r** sollte im Besitz dieser Patientenverfügung sein oder ihren Aufbewahrungsort kennen, damit sie im Fall des Falles dem behandelnden Arzt vorgelegt werden kann.

Außerdem macht es Sinn, dass Sie die Patientenverfügung alle ein bis zwei Jahre neu unterschreiben: Je aktueller die Unter-

schrift, desto mehr Sicherheit haben dann die handelnden Personen, dass das, was in der Patientenverfügung steht, aktuell noch Ihrem Willen entspricht. Eine ausführliche Broschüre „Patientenverfügung“ finden Sie auf der Webseite des Bundesministeriums für Justiz ([www.bmj.de](http://www.bmj.de)).

### Weitere Informationen

Ob nun **Betreuungsverfügung**, **Vorsorgevollmacht** oder **Patientenverfügung**: Beim Ausfüllen solcher Vorausverfügungen stellen sich in der Regel viele Fragen. Welche Dokumente sind rechtsgültig? Was heißt es im konkreten Fall, wenn ich bei einem bestimmten Passus zustimme? Weitergehende Informationen und Unterstützung bei der Abfassung von Vorausverfügungen erhalten Sie bei Ihrer Betreuungsbehörde. Auch Notare oder Rechtsanwälte können Sie dabei beraten.

## 5.3 RISIKO UND HAFTUNG

Was, wenn etwas passiert? Diese Frage macht insbesondere Angehörigen oft großen Kummer. Es ist meist eine doppelte Sorge: Zum einen, dass der Mensch mit Demenz sich selbst in Gefahr bringt, zum anderen, dass er oder sie aufgrund der demenzbedingt eingeschränkten Urteilsfähigkeit etwas tut, wodurch Dritte zu Schaden kommen.

Was die Haftung für Schäden Dritter anbelangt, gilt grundsätzlich: Angehörige haben gegenüber dem Menschen mit Demenz keine Aufsichtspflicht. Allerdings: Wenn Risiken offensichtlich waren und es wurde nichts unternommen, um sie zumindest zu minimieren, können Haushaltsmitglieder im Einzelfall schon dafür haftbar gemacht werden.

Wenn Ihnen also Gefahrenquellen auffallen, sollten Sie gemeinsam überlegen, was hier zu tun ist. Wenn Sie sich unsicher sind oder keine Lösung finden, wenden Sie sich an eine der genannten Beratungsstellen oder nutzen Sie das Alzheimertelefon (siehe Kapitel 3).

Für alle Fälle sollte der Betroffene eine **Haftpflichtversicherung** haben. Wichtig: Die Haftpflichtversicherung muss



über die Demenzerkrankung des Versicherten informiert werden. Dies kann dazu führen, dass sich die Prämie etwas verteuert, da eine Gefahrenerhöhung vorliegt. Doch wenn der Versicherer nicht informiert wird, kann er im Schadensfall vom Versicherungsnehmer Regress fordern und die Versicherung kündigen.

Eine häufige Sorge, sowohl von Angehörigen wie von professionell Pflegenden, ist die, dass der Menschen mit Demenz „verloren gehen“ könnte, wenn er das Haus verlässt und aufgrund der Orientierungsstörungen nicht mehr zurück findet. Dies sollte

aber nicht dazu führen, dass die Person mit Gewalt daheim zurück gehalten oder eingeschlossen wird. Wenn Ihr Angehöriger nicht nach Hause findet oder das Haus verlassen hat, obwohl Sie wissen, dass er in seiner Orientierung stark eingeschränkt ist, sollten Sie nicht zögern, die Polizei zu benachrichtigen. Kosten für eine Personensuche entstehen in der Regel nicht.

Für dieses wie auch für andere Sicherheitsprobleme (beispielsweise das auf dem Bügelbrett vergessene Bügeleisen) gibt es mehr und mehr auch technische Lösungsmöglichkeiten (siehe Kapitel 3).



An Demenz erkrankte Menschen benötigen im Alltag Hilfen, die ihnen das Leben leichter machen. Oft wissen Betroffene oder Angehörige gar nicht, welche Möglichkeiten es hierfür gibt.

**Lassen Sie sich beraten. Wir zeigen Ihnen Hilfsmittel für Menschen mit Demenz. In Ihrem Sanitätsfachgeschäft Burgkart in Dachau, Mittermayerstraße 29-31.**

Besuchen Sie uns auch in Kirchheim-Heimstetten, Trudering oder Harlaching.



[www.burgkart.de](http://www.burgkart.de) | [www.gesundheitsgmbh.de](http://www.gesundheitsgmbh.de)



## LITERATURTIPPS

Aus eigener Erfahrung wissen wir, dass es oft nicht ganz einfach ist, gute Bücher und Produkte für an Demenz oder Alzheimer erkrankte Menschen und ihre Angehörigen zu finden. Deshalb haben wir für Sie eine Auswahl zusammengestellt. Viel Spaß beim Stöbern.

### Der SingLiesel-Verlag

Der SingLiesel-Verlag wurde 2012 als Initiative Angehöriger mit dem Ziel gegründet, Bücher und Beschäftigungsangebote für Menschen mit Demenz zu schaffen.

Ausgangspunkt waren zahlreiche ganz persönliche Erfahrungen und Begegnungen. Wichtigstes Anliegen ist, den an Demenz erkrankten Menschen Freude zu bereiten und Angehörige im nicht immer ganz einfachen Umgang mit demenziell erkrankten Menschen zu unterstützen.

# Ausgewählte Beschäftigungsideen für den Alltag

Das Standardwerk: Das große Beschäftigungs- und Ideenbuch für Menschen mit Demenz.

Hier kann man gleich loslegen! Beschäftigungsideen, die aus der Praxis kommen und keine lange Vorbereitung brauchen.

Im Alltag mit Menschen mit Demenz wechseln sich oft Hektik und Langeweile ab. Einfache und sinnvolle Beschäftigungen mit geringer Vorbereitungszeit entlasten in beiden Fällen Angehörige und Pflegekräfte.



Die Konzepte verzichten auf lange Material-Listen, sondern nutzen alltägliche Dinge, die in jedem Haushalt zu finden sind. Alle Ideen können unkompliziert und ohne lange Vorbereitungen umgesetzt werden.

Sie bilden den Ausgangspunkt, um miteinander ins Gespräch zu kommen, kreativ zu sein, alle Sinne anzuregen und sich an Erlebtes zu erinnern.



Linus Paul  
**Das große Beschäftigungs- und Ideen-Buch für Menschen mit Demenz**  
Artikel-Nr. 80 € 24,95

In der Praxis erprobte Beschäftigungskonzepte, die ohne lange Material-Listen und viel Vorbereitung auskommen und sofort im Alltag einsetzbar sind.



## Wer rastet, der rostet...



Sabine Hermann  
**Bewegungsspiele für Senioren, die Spaß machen**  
Artikel-Nr. 89 € 29,95

Dieses Praxisbuch stellt eine Vielzahl an Spiel- und Übungskonzepten für ältere Menschen vor. Die Übungseinheiten berücksichtigen, dass die körperliche Fitness im Alter ganz unterschiedlich sein kann. Durch die Übungen werden neben Koordination und Fitness auch kognitive Fähigkeiten spielerisch trainiert.



Natali Mallek  
**Das große Beschäftigungs- und Ideen-Buch für Männer mit Demenz**  
Artikel-Nr. 79 € 29,95

Männerbiografien sind anders. Die Beschäftigungsangebote für Senioren und Menschen mit Demenz sind jedoch auf die Bedürfnisse von Frauen zugeschnitten. „Das große Beschäftigungs- und Ideenbuch für Männer mit Demenz“ zeigt, wie man Männer aus der Reserve locken kann.



Annika Schneider  
**Das große Spiele-Buch für Menschen mit Demenz**  
Artikel-Nr. 92 € 29,95

Dieses Spiele-Buch ist eine wahre Fundgrube für die Beschäftigung von Menschen mit Demenz. Jedes Spiel kann von Betreuungs-/Pflegekräften und Angehörigen individuell an eigene Bedürfnisse angepasst werden. Im Mittelpunkt stehen die ganz unterschiedlichen Fähigkeiten und Bedürfnisse der Senioren.



# Spielerisch das Gedächtnis trainieren



## Aktivierung bei Gedächtnisschwäche und Langeweile



Roswitha Allmann, Beate Krause, Christine Schüll  
**Mein Denkspass**  
**Der Beschäftigungsblock gegen Gedächtnisschwäche und Langeweile**  
Artikel-Nr. 26 € 16,95

Der Beschäftigungsblock beinhaltet Denk- und Wahrnehmungsübungen zur Aktivierung des Gedächtnisses und zur Förderung von Konzentrationsfähigkeit und Motorik. Die schön

gestalteten Aufgabenblätter sind eine fröhliche Anregung für jeden Tag. Nicht umsonst hat die Hamburger Ergotherapeutin Gudrun Schaa-de „Mein Denkspass“ empfohlen.

## Kreuzworträtsel mit vertrauten Fragen vergangener Jahrzehnte



SingLiesel-Redaktion  
**Kreuzworträtsel mit vertrauten Fragen vergangener Jahrzehnte**  
Artikel-Nr. 76 € 10,-

Kreuzworträtsel sind aus keiner Zeitung wegzudenken. Sie sind seit Jahrzehnten ein beliebter und gewohnter Zeitvertreiber. Die Fragen haben sich dabei gewandelt. Moderne Kreuzworträtsel fragen nach Heidi Klum und nicht mehr nach Soraya oder Erik

Ode. Die SingLiesel-Kreuzworträtsel greifen vertraute Fragen vergangener Jahrzehnte auf. Sie schaffen so Erfolgserlebnisse und wecken viele Erinnerungen. Auf unterhaltsame Weise werden Gedächtnis und Konzentration gefördert.



## Gedächtnistraining für Senioren



Natali Mallek  
**Gedächtnistraining für Senioren**  
Das große Praxisbuch  
Artikel-Nr. 87 € 24,95

Dieses Standardwerk bietet ein ganzheitliches Gedächtnistraining mit vielfältigen Übungen und bezieht dabei Entspannungs- und Bewegungsangebote mit ein. Die Übungen orientieren sich an den Trainingszielen des Bundesverbands für Gedächtnistraining und berücksichtigen dabei die besonderen Bedürfnisse älterer Teilnehmer und von Menschen mit Demenz.

## Was wird das nur...? 40 Motive mit dem Stift entdecken



Marie Hübner  
**Malen von Punkt-zu-Punkt**  
Mit dem Buntstift auf Entdeckungsreise  
Artikel-Nr. 77 € 10,-

Wunderbare, warmherzige Bilder entstehen durch das „Malen von Punkt zu Punkt“ fast wie von Zauberhand! Die Motive zeigen ganz alltägliche Situationen, die immer wieder auch zum Schmunzeln anregen.

„Malen von Punkt zu Punkt“ entspannt und gibt ein Gefühl von Zufriedenheit. Wer mag, kann die fertigen Motive sogar nach Lust und Laune ausmalen. Jede Seite aus dem Malblock lässt sich ganz einfach heraustrennen.



## „Mitmach-Bücher“

### Kurze Geschichten zum Bewegen und Mitmachen



Natali Mallek, Annika Schneider  
**Bewegungsgeschichten und Bewegungsgedichte für Senioren**  
 Kurze Geschichten zum Mitmachen und Bewegen  
 Artikel-Nr. 57 € 16,96

Diese 40 kurzen und humorvollen Geschichten motivieren Menschen mit und ohne Demenz, sich zu bewegen. Spielerisch und ohne eintönige Übungen gelingt es so, die Beweglichkeit zu erhalten und zu verbessern und zugleich Konzentration und Merkfähigkeit zu fördern.

### Wer kennt sich mit Märchen aus?



Günter Neidinger  
**Wer hat Dornröschen wachgeküsst? – Bekannte Märchen zum Erraten und Vorlesen**  
 Artikel-Nr. 54 € 12,95

18 Märchen, die erraten werden können und in einer Kurzfassung erzählt werden. Häufig erinnern sich alte Menschen an die Märchen ihrer Kindheit. Deshalb sind Märchen besonders für die Begleitung von Menschen mit Demenz geeignet.



### Diese Vorlese-Geschichten zum Mitreimen machen einfach Spaß!



Natali Mallek  
**Pfannkuchen und Muckefuck**  
**Lücken-Geschichten in Reimen**  
 Artikel-Nr. 56 € 12,95

Diese Vorlese-Geschichten zum Mitreimen machen einfach Spaß!  
 Mit viel Humor beschreibt Natali Mallek in ihren Lücken-Geschichten ganz alltägliche Situationen in Reimen. Die 52 Geschichten handeln von den kleinen Freuden und Widrigkeiten im Leben: vom Urlaub in den Bergen und an der See, unerwarteten Besuchen der Verwandtschaft, u.v.m.  
 Die heiteren Lücken-Geschichten sind in Reimen verfasst und können so ganz einfach ergänzt werden.



Natali Mallek  
**Maibowle und Winzerfest**  
**Lücken-Geschichten in Reimen**  
 Artikel-Nr. 55 € 14,95

Die heiteren Lücken-Geschichten handeln von alltäglichen Themen quer durchs Jahr: dem Aufstellen des Maibaums, der Schwierigkeit, ein geeignetes Carnevalskostüm zu finden oder dem jährlichen Winzerfest.



## Die beliebten SingLiesel-Rateboxen!



SingLiesel Verlag  
**Die große Sprichwort-Box**  
**Bekannte Sprichwörter erkennen und ergänzen**  
 Artikel-Nr. 154 € 16,95

Die SingLiesel-Sprichwort-Box enthält 100 Karten mit den bekanntesten deutschen Sprichwörtern und Redewendungen. Die Spielidee ist einfach und bereitet immer wieder

großen Spaß: Auf der Vorderseite jeder Karte ist nur die erste Hälfte des Sprichworts zu sehen. Die zweite Hälfte kann erraten und auf der Rückseite nachgelesen werden.



SingLiesel Verlag  
**Die große Schlager-Box**  
**Bekannte Schlager erkennen und erraten**  
 Artikel-Nr. 926 € 16,95

„Guten Abend, hier ist Berlin ...“ Mit diesen Worten, die eine ganze Generation junger Fernsehzuschauer noch viele Jahre später nachbeten konnte, begrüßte Dieter Thomas

Heck die Zuschauer der ZDF-Hitparade. Die großen Schlager dieser Zeit sind unvergessen. Die Schlager-Box enthält 100 Karten mit den bekanntesten deutschen Schlagertiteln.



SingLiesel Verlag  
**Die große Rate-Box**  
**Fast vergessene Begriffe**  
**Alte Begriffe erkennen und erraten**  
 Artikel-Nr. 928 € 16,95

Wie die Zeit vergeht ... Jede Epoche und Generation hat ihre eigenen Begriffe. Das heitere SingLiesel-Quiz lässt fast vergessene Begriffe wieder lebendig werden.

Auf der Vorderseite der Karten ist ein Begriff genannt, auf der Rückseite eine kurze Beschreibung dazu. Das Quiz kann so in verschiedenen Varianten gespielt werden.



SingLiesel Verlag  
**Die große Volkslieder-Box**  
**Bekante Volkslieder erkennen und ergänzen**  
 Artikel-Nr. 927 € 16,95

Die Volkslieder-Box enthält 100 Ratekarten mit den Titeln der schönsten und bekanntesten Volkslieder.

Die liebevolle nostalgische Gestaltung und das XXL-Format fördern die Freude an diesem unterhaltsamen Ratespiel.



### Wunderschöne, lebendige Motive – Die neuen SingLiesel Fotoboxen

Amsel, Drossel, Fink und Star... Ob Piepmatz oder Raubvogel, die Vogelwelt fasziniert nahezu alle Menschen. Die große SingLiesel Fotokarten-Box enthält vierzig wunderschöne und besonders lebendige Fotografien.

Sie bringen uns unsere gefiederten Freunde so nahe, als ob man sie durchs Fernglas beobachten würde!



SingLiesel Verlag  
**Fotobox**  
**„Unsere Vogelfreunde“**  
 Artikel-Nr. 924 € 16,95



# Quizbücher



Karl Mangei  
**Das große Sprichwörter-Quiz Bd. 1**  
**Welches Wort fehlt?**  
 Artikel-Nr. 40 € 12,95

Karl Mangei  
**Das große Sprichwörter-Quiz Bd. 2**  
**Sprichwortsalat**  
 Artikel-Nr. 41 € 12,95

Der Ratespaß für Jung und Alt. Sprichwörter gibt es für jede Lebenslage. Sie haben ältere Menschen ein Leben lang begleitet. Wer Sprichwörter und Redewendungen mag, wird diese Quizbücher lieben.

Band 1: „Welches Wort fehlt?“. In diesem Buch geht es darum, die fehlenden

Wörter in bekannten Sprichwörtern zu ergänzen.

Band 2: „Sprichwortsalat“: Aufgabe in diesem Band ist es, durcheinander geratene Wörter aus einem oder mehreren Sprichwörtern wieder sinnvoll zusammen zu setzen.

## Was hat die Oma heut' gekocht?



Günter Neidinger  
**Was hat die Oma heut' gekocht? – Rezeptgeschichten: Rezepte zum Erraten – Geschichten zum Vorlesen**  
 Artikel-Nr. 50 € 14,95

Was gibt es mit diesen Zutaten heute zu essen? 10 Brötchen vom Vortrag, 1 Bund Petersilie, 1 Zwiebel ... das sind doch Omas Semmelknödel! Günter Neidinger hat für diesen Band traditionelle Kochrezepte ausgewählt, die anhand der Zutaten erraten werden können. Es folgt eine kurze Anleitung, wie die Speisen zubereitet werden.

## „Wo man singt, da lass dich nieder...“ Die große Quizbuch-Reihe

Volkslieder begleiten uns oft ein Leben lang. Quizspiele gehören zu den beliebtesten Beschäftigungen in der Seniorenarbeit. Was liegt also näher, als beides miteinander zu verbinden?

Die Beschäftigung mit den Fragen und dem vertrauten Liedgut macht Freude und ist ganz nebenbei sogar ein abwechslungsreiches Gedächtnistraining für Jung und Alt!



Karl Mangei  
**Das große Volkslieder-Quiz Bd. 1**  
**Schön ist die Heimat**  
 Artikel-Nr. 42 € 12,95

Das Singen und das Lösen von Quizfragen gehören zu den beliebtesten Aktivitäten in der Seniorenarbeit. Die Beschäftigung mit den Fragen, den Texten und den Melodien ist aktives Gedächtnistraining, das Spaß macht.

Karl Mangei  
**Das große Volkslieder-Quiz Bd. 2**  
**Frohsinn und Heiterkeit**  
 Artikel-Nr. 43 € 12,95

Bei ca. 200 Quizfragen pro Band dreht sich alles um 50 bekannte Volkslieder. Dabei geht es kreuz und quer durch ganz bekannte deutsche Volkslieder. Vom „Jäger aus Kurpfalz“ bis hin zum „Brunnen vor dem Tore“.

# „SingLiesel kompakt“

## Die „Mal-alt-werden.de“-Edition

Die SingLiesel „Mal-alt-werden-Edition“ ist eine Sammlung der schönsten Geschichten und Beschäftigungsideen der beiden Mal-alt-werden.de Autorinnen Natali Mallek und Annika Schneider.

Folgende Bände sind erschienen: „Geschichten zum Bewegen“, „Mitsprechgedichte“, „Geschichten zum Vorlesen und Mitsingen“, „Reimrätsel“ und „Kurzaktivierungen“.



Natali Mallek, Annika Schneider  
**Geschichten zum Bewegen**  
 Mal-alt-werden-Edition Band 1  
 Artikel-Nr. 61 € 7,95

Bewegungsgeschichten machen Spaß und halten fit. In jeder Bewegungsgeschichte sind Signalwörter angegeben, zu der eine passende Bewegung vorgemacht und von den Teilnehmern nachgemacht werden kann.

„Die Kompakt-Buchreihe für nur 7,95 €!“



Natali Mallek, Annika Schneider  
**Geschichten zum Vorlesen und Mitsingen**  
 Mal-alt-werden-Edition Band 2  
 Artikel-Nr. 62 € 7,95

Bekannte Lieder wecken Erinnerungen an frühere Zeiten. In diesen Geschichten werden Strophen bekannter Volkslieder in eine passende Geschichte eingebettet.



Natali Mallek, Annika Schneider  
**Reimrätsel**  
 Mal-alt-werden-Edition Band 4  
 Artikel-Nr. 64 € 7,95

Die gesuchten Wörter passen immer zu einem bestimmten Thema, z.B. „Glücksbringer“, „Frühlingsgefühle“ oder „Friseurbesuch“. Das Assoziieren hilft bei der Suche nach dem richtigen Begriff.



Natali Mallek, Annika Schneider  
**Mitsprechgedichte**  
 Mal-alt-werden-Edition Band 3  
 Artikel-Nr. 63 € 7,95

Die „Mitsprechgedichte“ sind humorvoll geschrieben und greifen alltägliche Themen aus dem Jahresverlauf auf. Ganz automatisch ermuntern sie die Zuhörer, das fehlende Reimwort zu ergänzen.



Natali Mallek, Annika Schneider  
**Kurzaktivierungen**  
 Mal-alt-werden-Edition Band 5  
 Artikel-Nr. 65 € 7,95

Kurzaktivierungen wecken die Neugier, rufen Assoziationen wach und motivieren zum Erzählen. Sie können täglich angewendet werden, ob in der Einzelarbeit oder in der Gruppe.

## Memo-Spiele & Puzzles



SingLiesel Verlag  
Schlagerstars  
der 70er-Jahre  
Das Nostalgie-  
Memo-Spiel  
Artikel-Nr. 931 € 16,95

„Ganz in Weiß“, „Ein bisschen Spaß muss sein“, „Griechischer Wein“ ... Schlager und Stars, die einer ganzen Generation in Erinnerung sind. Warum also nicht die Erinnerungen an die schönsten Stunden zum Thema eines Memo-Spiels machen? Memo-Spiele verbinden Generationen.

Das SingLiesel-Memo bringt mit den bekanntesten Schlagerstars als Motive Spielfreude und lädt zum Erzählen oder zum Singen ein, denn „ein bisschen Spass muss sein“ ...

Extra: In einem umfassenden Begleitheft werden die Stars, ihr Leben und ihre Lieder vorgestellt.



SingLiesel Verlag  
Stars der 50er- und  
60er-Jahre  
Artikel-Nr. 930 € 16,95

Hat nicht jede Generation ihre eigenen Stars? Unser Nostalgie-Memo enthält 24 Karten der größten Idole der 50er- und 60er-Jahre. Es ist eines unserer beliebtesten Spiele für Menschen mit Demenz.



## Die „Gelingt-immer“-Puzzles gelingen tatsächlich immer.

Egal, wie die Puzzle-Teile zusammengesetzt werden, sie ergeben immer ein Motiv. In Gesprächen mit Pflegekräften wurde der Wunsch nach einem Beschäftigungsangebot mit garantiertem Erfolgserlebnis geäußert. Das erfüllen die „Gelingt-immer“-Puzzles: Sie bieten Spaß, Abwechslung und immer wieder ein echtes Erfolgserlebnis.



SingLiesel Verlag  
Das „Gelingt-immer“-  
Puzzle Kaffee und Kuchen  
Artikel-Nr. 148 € 14,95

„Kaffee und Kuchen“ sind jedermann ein Begriff. So lädt dieses Puzzle dazu ein, selbst einen Kuchen zu erpuzzeln und anschließend den Erfolg mit einem echten Kuchen zu genießen.

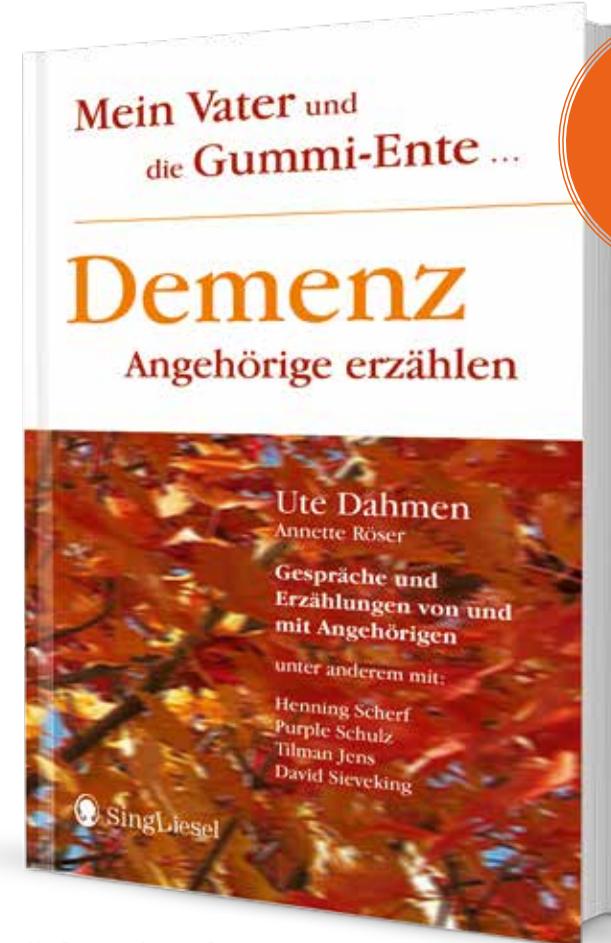


SingLiesel Verlag  
Das „Gelingt-immer“-  
Puzzle Blumen  
Artikel-Nr. 117 € 14,95

Vier verschiedene Puzzlemotive, die immer gelingen. So können sich die Menschen mit Demenz immer wieder an einem gelungenen Blumen-Puzzle erfreuen.



## Demenz: Angehörige erzählen



rührend,  
komisch,  
immer  
bewegend

Ute Dahmen, Annette Röser  
Demenz – Angehörige erzählen  
Mein Vater und die Gummi-Ente  
Artikel-Nr. 82 € 19,95

Henning Scherf, Tilman Jens, David Sieveking ... über vierzig zum Teil prominente Gesprächspartner erzählen den Autorinnen Ute Dahmen

und Annette Röser von ihren Erlebnissen mit Menschen mit Demenz. Persönlich, berührend, liebevoll.

### Mein Vater und die Gummi-Ente – das Buch, das Mut macht!

„Demenz – Angehörige erzählen“ schafft Raum für all die kleinen und großen Geschichten, die Menschen, die von Demenz Betroffene begleiten, erleben ...

... neben den schmerzlichen auch die rührenden und die komischen Geschichten.

... Geschichten, die uns spüren lassen, dass der Umgang mit demenziell erkrankten Menschen nicht nur Last, sondern auch Bereicherung sein kann.

Die Erkenntnis, dass es vielen anderen auch so geht, ist manchmal hilfreicher als ein fachmännischer Rat:

- dass mein Onkel nicht der Einzige ist, der Plastikblumen gießt
- dass auch andere mit Glücksspielabos zu kämpfen haben
- oder schlucken müssen, wenn der demenzkranke Vater im Heim plötzlich mit seiner Flurnachbarin kuschelt.

Entstanden aus einer Vielzahl an Gesprächen und Interviews, gibt das Buch tiefe, intime und manchmal amüsante Einblicke in das Leben mit Demenz.

„Es findet sich immer ein Punkt, an dem man anknüpfen kann.“  
Dr. Henning Scherf, Bürgermeister und Senatspräsident von Bremen a.D.

„Das Thema Demenz ist in der Gegenwart angekommen.“  
Tilman Jens, Journalist und Angehöriger

„Liebe ist das Allerwichtigste.“  
Purple Schulz, Sänger und Angehöriger  
„Man kann trotzdem gut gelaunt sein und eine gute Zeit haben.“  
David Sieveking, Filmemacher und Angehöriger



## Schnell und einfach bestellen:

Bestellen Sie bequem per Telefon, Fax, E-Mail oder Bestellkarte.

Tel.: 0721 – 37 19 - 520

Fax: 0721 – 37 19 - 519

E-Mail: [info@singliesel.de](mailto:info@singliesel.de)

Ihre Vorteile:

- ✓ Selbstverständlich 14 Tage Widerrufsrecht
- ✓ Kauf auf Rechnung
- ✓ Versandkostenfreie Lieferung in Deutschland
- ✓ Sofort versandfertig

*Gut leben im Alter.  
Auch mit Demenz.  
[www.singliesel.de](http://www.singliesel.de)*



**SingLiesel Verlag**  
Fritz-Erler-Straße 25  
76133 Karlsruhe



[www.singliesel.de](http://www.singliesel.de)  
[info@singliesel.de](mailto:info@singliesel.de)



Telefon (07 21) 37 19-0  
Telefax (07 21) 37 19-5 19

*Einfach für 14 Tage zur Ansicht mit dem  
Bestellschein oder im Internet bestellen.*

*Geschäfts- und Zahlungsbedingungen im  
Internet unter [www.singliesel.de](http://www.singliesel.de)*

[www.singliesel.de](http://www.singliesel.de)

Entgelt  
zahlt  
Empfänger

An  
**SingLiesel Verlag**  
Fritz-Erler-Straße 25  
76133 Karlsruhe



**SingLiesel Verlag**  
Fritz-Erler-Straße 25  
76133 Karlsruhe



www.singliesel.de  
info@singliesel.de



Telefon (07 21) 37 19-0  
Telefax (07 21) 37 19-5 19

*Einfach für 14 Tage zur Ansicht mit dem  
Bestellschein oder im Internet bestellen.*

*Geschäfts- und Zahlungsbedingungen im  
Internet unter [www.singliesel.de](http://www.singliesel.de)*

www.singliesel.de

## BESTELLKARTE

Geschäfts- und Zahlungsbedingungen  
im Internet unter [www.singliesel.de](http://www.singliesel.de)

# SingLiesel

Anzahl	Artikel-Nr.	Titel	Preis

Name	Straße/Hausnummer		Telefon
Vorname	PLZ	Ort	Datum
Firma/Abteilung	E-Mail		Unterschrift

DW DACH 2018

## IMPRESSUM

**Herausgeber:** SingLiesel GmbH, Fritz-Erler-Str. 25, 76133 Karlsruhe, Deutschland, Tel. 0721 37 19 0, Fax 0721 37 19 519, info@singliesel.de, www.singliesel.de

**Redaktion:** Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt und den Anzeigenteil: SingLiesel GmbH, Christian Jungermann

**Text:** Dr. Marion Bär

**Fotos:** Titelbild: © Brigitte Bohnhorst fotolia.com / S. 3: © Landratsamt Dachau / iStock; Gabriele Rohde / fotolia.com; Photographee.eu / fotolia.com; Peter Maszlen / fotolia.com; Alexander Raths / fotolia.com; Ingo Bartussek / fotolia.com; Robert Kneschke / fotolia.com; Stockfotos-MG / fotolia.com; Fotoluminate LLC / fotolia.com; bilderstoeckchen / fotolia.com; Bild/er, die mit Lizenz von shutterstock.com verwendet werden

**Satz:** Röser MEDIA, Karlsruhe

**Druck:** Bachmann & Weiss Offsetdruck GmbH, Karlsruhe

© 2018 by SingLiesel Verlag

Alle Informationen wurden mit Sorgfalt ermittelt und überprüft. Es kann jedoch keine Gewähr übernommen werden, eine Haftung ist ausgeschlossen. Vervielfältigungen jeder Art sind nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlages gestattet. Alle Rechte vorbehalten.



Entdecken  
**Erinnern**  
ERLEBEN  
*Freude*

 **SingLiesel**  
Der Verlag rund um Alter & Demenz

Die SingLiesel: Das Buch, das auf Knopfdruck singt.  
Mit den schönsten Volksliedern. Zum Anhören und Mitsingen.  
Für Menschen mit Demenz.

*Erhältlich im Buchhandel oder unter [www.singliesel.de](http://www.singliesel.de)*