

Newsletter Alzheimer Gesellschaft RLP Q2/24

Liebe Mitglieder,

wenn über eine Demenzerkrankung gesprochen wird, denkt man in erster Linie an ältere Menschen. Mit dem Alter steigt das Erkrankungsrisiko und der größte Teil der Betroffenen ist bei Diagnosestellung älter als 80 Jahre. Was viele Menschen nicht wissen, ist, dass in Deutschland auch mehr als 100.000 Menschen unter 65 Jahren mit einer Demenz leben. 45% davon sind sogar jünger als 60. Was das für die Betroffenen und ihre Familien bedeutet, lesen Sie in der neuesten Ausgabe der **Mitgliederzeitung** (Alzheimer Info 2/2024) der Deutschen Alzheimer Gesellschaft zum Thema „Demenz in jüngeren Jahren“.

Das erwartet Sie in dieser Ausgabe:

- **Projekte**
 - „Demenz vorbeugen – Hilf jetzt!“
 - „Sport trotz(t) Demenz“
- **Interessantes und Neues**
 - Gedächtnishilfe-Handbuch DZNE
- **Veranstaltungen und Vorträge**
 - Mitgliederversammlung 2024
 - Veranstaltungshinweis: Welt-Alzheimerstag 2024
- **Fallbeispiele aus der Praxis**
 - Enkeltrick, Schockanrufe, falscher Polizist und Co...
- **Selbsthilfeangebote** der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.
- **Demenz Podcast**
 - Folge 63: Demenz und Delir

Projekte der Alzheimer Gesellschaft RLP

„Demenz vorbeugen – Hilf jetzt!“: Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. trifft Adipositas Hilfe Deutschland e.V.

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Das zweijährige gecoachte Programm zur Demenz-Prävention ist ein Selbsthilfeangebot: Ohne den Willen, selbst aktiv die erforderlichen Lebensstiländerungen anzugehen, kann sich kein persönlicher Erfolg einstellen. Viele Teilnehmer unseres Programms sind übergewichtig, einige haben bereits Adipositas, eine chronische Erkrankung mit schweren Auswirkungen auf die Gesundheit, die das Risiko an einer Demenz zu erkranken erhöhen. Der Weg zu einem gesunden Körpergewicht ist bei diesem Krankheitsbild oft nicht mehr aus eigener Kraft möglich, häufig haben die Betroffenen einen langen Leidensweg hinter sich. Um diese besser zu unterstützen, haben wir auf **Vernetzung in der Selbsthilfe** gesetzt: Am 12.06.24 fand das erste Treffen von Projektteilnehmern mit Abnehmwunsch, Herrn Christian Wirtz von der Adipositas Hilft Deutschland e.V., Frau Dr. Ungemach (Fachärztin für Neurologie am ISPG) und Frau Dr. Claudia Krack (Vorständin AlzGes RLP) statt. Lesen Sie mehr über diese spannende Veranstaltung unter www.betterplace.org/p116660 (Der Beitrag wird in Kürze unter Erfolge und Neuigkeiten zu finden sein).



Foto (vlnr): Christian Wirtz (Adipositas Hilft Deutschland e.V.), Dr. Lydia Ungemach (ISPG), Dr. Claudia Krack (AlzGes RLP), Hr. Brand (Teilnehmer Präventionsprojekt)

Und es gibt noch weitere **erfreuliche Neuigkeiten**: neben Spenden von Privatpersonen hat die Hanna-Bragard-Apfel-Stiftung unser Projekt auch in diesem Jahr mit 10.000 Euro gefördert und „Alnatura Hilft e.V.“ unterstützt das Projekt mit 1.550 Euro. Mit Hilfe dieser Zuwendungen können wir weitere Meilensteine unseres Projekts in Angriff nehmen, das ist wirklich großartig!

Unser Projekt **Sport trotz(t) Demenz**

Ein Beitrag von Maria Weingärtner (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Unser Projekt **Sport trotz(t) Demenz** ist sehr erfolgreich gestartet. Beim BASF-Wettbewerb „Gemeinsam Neues Schaffen“ haben wir auch die 2. Hürde erfolgreich gemeistert. Nachdem uns von der BASF bereits 5.000 € zugesagt wurden, konnten wir am 26. April 2024 die Urkunde über insgesamt 8.000 € bei der Veranstaltung im BASF-Tennisclub entgegennehmen. (s. Bild)

Die TG Worms hat ebenfalls eifrig die Werbetrommel gerührt und der Vorsitzende der TG Worms, Georg Blockus, konnte einen Vertreter der Hanna-Bragard-Apfel-Stiftung während einer Geburtstagsfeier für unser Projekt so begeistern, dass wir auch von dort mit 5.000 € bedacht worden sind.

Das sind tolle Erfolge, zeigt es uns doch, dass das Thema Demenz immer mehr die Randzone verlässt.



Wie ist der Stand unserer Aktivitäten:

Die beiden Übungsleiter der TG Worms, Matthias Engel und Klaudia Gogolew, werden im Juni an einer Weiterbildungsmaßnahme für RHEA-Sport Neurologie teilnehmen. Das ist wichtig, denn so können die Kosten für die Teilnahme über ein ärztliches Rezept von der Krankenkasse übernommen werden. Die beiden Übungsleiter werden in enger Abstimmung mit dem Institut für Studien zur psychischen Gesundheit, ISPG, in Mannheim, unter der Leitung von Herrn Prof. Dr. Georg Adler, Übungssequenzen ausarbeiten. Diese Übungssequenzen werden speziell auf Menschen mit einer beginnenden bzw. mittelschweren Demenz zugeschnitten sein. Es werden Übungsstunden in den Räumlichkeiten der TG Worms angeboten. Ebenso ist geplant, in Zusammenarbeit mit Seniorenhäusern Übungssequenzen vor Ort anzubieten. Eine Sequenz beinhaltet 10 Übungsstunden à 45 Minuten.

Die weiteren Details werden bis zum Weltalzheimerstag am 21.09.2024 ausgearbeitet sein und dort vorgestellt werden.

Deshalb notieren sie sich den Termin schon heute! Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, Anmeldungen können vom 1. bis 31. August 2024 vorgenommen werden.

Interessantes und Neues

Gedächtnishilfe-Handbuch: Tipps für den Alltag

Ein Beitrag von Priv.-Doz. Dr. Francisca S. Rodriguez, DZNE Greifswald

Um trotz Gedächtnisproblemen so lange wie möglich selbstständig bleiben zu können, haben Wissenschaftler des Deutschen Zentrums für Neurodegenerative Erkrankungen (DZNE) ein Handbuch entwickelt. In diesem Handbuch werden Strategien anschaulich vorgestellt und Praxistipps für die Umsetzung gegeben, die dabei helfen können, den Alltag möglichst selbstständig zu gestalten.

Das Handbuch wurde von Menschen mit Gedächtnisproblemen getestet. Sie fanden die Tipps im Alltag hilfreich und das Handbuch leicht verständlich. Wer Interesse an dem Handbuch hat, kann es kostenlos als PDF unter diesem Link herunterladen:

https://www.dzne.de/fileadmin/Dateien/editors/images/Standorte/Rostock-Greifswald/Rodriguez/LAB/DZNE_Gedaechtnishilfe_Handbuch_Auflage2.pdf

Unsere Aktivitäten: Veranstaltungen und Vorträge

33. ordentliche Mitgliederversammlung (MGV)

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Am 24. April 2024 hatten wir zur 33. Mitgliederversammlung im Hotel Residenz, Limburgerhof, eingeladen.

Nach der Feststellung der Beschlussfähigkeit gab der spannende Vortrag von Prof. Dr. med. Georg Adler mit dem Thema „*Wundermittel gegen die Alzheimer-Krankheit? Rotwein, Spermidin oder griechischer Bergtee?*“ Anlass zu angeregten Diskussionen und Fragen. Nach einer Stärkung mit Getränken und belegten Brötchen stellte Vorständin Claudia Hufnagel die aktuelle Mitgliedersituation dar. Unser Verein hat zur Zeit 236 Mitglieder, diese Zahl ist seit Corona annähernd konstant.

Wussten Sie schon, dass wir kein Landesverband mit hauptamtlichen Mitarbeitern sondern ein gemeinnütziger Verein mit ehrenamtlich engagierten Aktivisten sind? Für uns ist es von großer Bedeutung, dass uns unsere Mitglieder „die Stange halten“: Spenden sind wichtige und unverzichtbare, aber eben auch schwankende Einnahmen. Mitgliedsbeiträge sind hingegen planbar, nur auf diese Weise können wir laufende Kosten wie z.B. die Miete für die Geschäftsstelle finanziell stemmen. Deshalb an dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an alle unsere Mitglieder, die uns die Treue halten und damit unsere Arbeit nachhaltig unterstützen!

Alle zwei Jahre wird der Vorstand der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. durch die anwesenden Mitglieder neu gewählt und die Neuwahl stand für diese MGV an. Einstimmig wurden Prof. Dr. med. Georg Adler als Vorstandsvorsitzender sowie sechs weitere Vorstandsmitglieder gewählt.

Was macht denn der Vorstand eigentlich und wer wurde gewählt?

Der Vorstand verfolgt in erster Linie den Vereinszweck, wahrt die Vereinsinteressen und erhält das Vereinsvermögen. Wir alle üben unser Amt **ehrenamtlich** aus.

Herr Prof. Dr. med. Georg Adler repräsentiert die Alzheimer Gesellschaft RLP, unterstützt unsere Arbeit mit seinem Expertenwissen über Demenzerkrankungen, leitet eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit frontotemporaler Demenz, hat das Projekt zur Demenz-Prävention initiiert und stellt dafür Ressourcen des ISPG Mannheim zur Verfügung.

Monika Bechtel engagiert sich in der Demenzsprechstunde, in Netzwerken, Veranstaltungen und Vorträgen. Sie moderiert eine Selbsthilfegruppe und ist verantwortlich für die SHGs in der Vorder- und Südpfalz.

Christoph Prost und Edda Mertz sind im Raum Pirmasens tätig und führen dort Schulungen, Veranstaltungen und Aktionen durch, leiten zwei SHGs in Pirmasens und Rodalben und Herr Prost ist verantwortlich für die SHGs in der West- und Südwestpfalz.

Maria Weingärtner präsentierte auf der MGV einen ausgezeichneten Kassen-/Finanzbericht. Für diese verantwortungsvolle Aufgabe als Finanzvorstand ist viel Fachwissen erforderlich, und die Führung der Finanzen wird durch zunehmende bürokratische Hürden immer zeitraubender. Trotzdem hat Frau Weingärtner in diesem Jahr noch das Projekt „Sport trotz(t) Demenz“ initiiert und die Projektverantwortung übernommen.

Claudia Hufnagel übernimmt viele administrative Aufgaben wie die Protokollführung und die Organisation der Mitgliederversammlungen.

Dr. Claudia Krack ist für die rheinlandpfalzweite Schulungsinitiative zuständig, hält online- und Präsenz-Seminare/Vorträge, ist Projektkoordinatorin für das Präventions-Projekt und für die Homepage, den Newsletter und das online-Forum verantwortlich. Weiterhin hat sie an einer polizeilichen Schulung zum Sicherheitsberater für Senioren teilgenommen, um Themen wie „Autofahren und Demenz“ und „Enkeltrick & Co.“ zu adressieren.



Foto(l): Vortrag Prof. Adler anlässlich der MGV

Foto (r): Der neue Vorstand vrn: Christoph Prost, Edda Merz, Maria Weingärtner, Claudia Hufnagel, Prof. Dr. G. Adler, Monika Bechtel, Dr. Claudia Krack

Trotz unserer geringen Personenzahl übernehmen die Vorstandsmitglieder ehrenamtlich zahlreiche Aufgaben, die in staatlich finanzierten Organisationen normalerweise von hauptamtlichen Mitarbeitern übernommen werden. Es motiviert uns unglaublich, wenn wir nach Veranstaltungen z.B. von pflegenden Angehörigen gesagt bekommen, dass das Wissen und der Austausch äußerst hilfreich sind, um den Alltag mit Demenz besser meistern zu können. Es macht uns stolz, dass unsere Arbeit etwas bewirkt!

Es braucht viele helfende Hände, um all die anstehenden Arbeiten bewältigen zu können, z.B. im Beirat, als Kassenprüfer, als Moderator einer Selbsthilfegruppe: an dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an Ute Wilhelm (Beirat und Mitgliederverwaltung), Anette Krumhaar (Schulungsinitiative), Fr. Ulrike Lutz und Frau Petra Thorn-Issa (Kassenprüfung) sowie an die 27 ehrenamtlichen Moderatoren der SHGs.

Möchten Sie sich ebenfalls ehrenamtlich engagieren? Wir laden Sie ein, mit uns zusammenzuarbeiten. Ihre Unterstützung wird es ermöglichen, unsere wichtige Arbeit fortzusetzen und unsere Reichweite auf noch mehr Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen auszudehnen

14.04.2024 Tag der Pflege in Limburgerhof: Informationen, Hilfe und Forderungen

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Unter dem Motto „Pflege fordert uns heraus“ wurde am Tag der Pflege ins katholische Pfarrzentrum Limburgerhof eingeladen. Die teilnehmenden Organisationen waren die Katholische Arbeitnehmer-Bewegung (KAB), Ökumenische Sozialstation Rhein-Pfalz-Ost, Pflegestützpunkt Limburgerhof, SKFM, Gemeindegewerkschaft Plus, Caritas, *Alzheimergesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.*, Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst Südl. Rheinpfalz-Kreis sowie der Seniorenbeirat der Gemeinde Limburgerhof.

Sie alle standen an diesem Tag für Fragen und Informationen von Betroffenen und pflegenden Angehörigen zur Verfügung. Darüber hinaus wurden auch Brennpunktthemen in ihrer politisch-gesellschaftlichen Dimension diskutiert, darunter die Odyssee pflegender Angehöriger, um im Pflegedschungel das passende Angebot oder einen Pflegedienst zu finden oder die bürokratischen Hürden zu bewältigen. Auch die prekäre Situation von ambulanten Pflegediensten wurde beleuchtet, die auf der einen Seite einen starken Anstieg an Anfragen verbuchen, aber diesen häufig nicht nachkommen können, da es an Personal fehlt.

Die Alzheimer Gesellschaft Rheinland.Pfalz e.V. war durch Monika Bechtel mit einem Informationsstand vertreten. Viele Betroffenen fanden den Weg an ihren Stand und wurden fachmännisch beraten und mit Informationen und Broschüren versorgt.



Vorträge der Alzheimer Gesellschaft RLP im Q2/24:

Mit Betroffenen und Interessierten in Kontakt zu kommen und uns über alle Facetten zum Thema Demenz auszutauschen ist uns wichtig. Deshalb bieten wir Vorträge, Schulungen und Seminare an:

04.04.-02.05.2024, **Hilfe beim Helfen-Seminar M1-M7**, Pirmasens, Referent u.a. Christoph Prost

10.04.2024, „**Demenz-Partner Kompaktkurs**“, Hospiz Bad Dürkheim, Christliche Sozialstation, Referentin Dr. Claudia Krack

12.04.24, Vortrag „**Diagnose Demenz – was tun?**“, ALzGes RLP Geschäftsstelle Ludwigshafen, Referentin Dr. Claudia Krack

23.04.24 „**Demenz-Partner Kompaktkurs**“, Quartier Deichstraße in Ludwigshafen, Referentin Dr. Claudia Krack

26.04.24, Vortrag „**Mein Heute ist Euer Gestern - Leben mit Demenz Demenz – was tun?**“, PSP Worms, Referentin Monika Bechtel

30.04.24, Vortrag „**Diagnose Demenz – was tun?**“, vhs Ludwigshafen, Referentin Anette Krumhaar

07.05./14.5./21.4.24, online-Seminar „**Den Alltag mit Menschen mit Demenz (MmD) mit Hilfe der Marte Meo Methode konfliktfreier gestalten**“, für Angehörige von Menschen mit Demenz, Referentinnen Karola Becker (Marte Meo Therapeutin) und Dr. Claudia Krack

23.05.24 „**Demenz-Partner Kompaktkurs**“ **AWO Tagespflege Bad Dürkheim**, Referentin Dr. Claudia Krack

14.05.2024, **Vortrag „Diagnose Demenz – was tun?“**, Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst, Germersheim, Referentin Monika Bechtel

28.05.24, **Hilfe beim Helfen-Seminar M2 „Demenz verstehen“**, VHS Ludwigshafen, Referentin Dr. Claudia Krack

05.06.24, **Vortrag „Diagnose Demenz – was tun?“**, ALzGes RLP Geschäftsstelle Ludwigshafen, Referentin Dr. Claudia Krack

18.06.24, **Hilfe beim Helfen-Seminar M1 „Wissenswertes über Demenz“**, VHS Ludwigshafen, Referent Prof. Dr. G. Adler

05.06.24, **Vortrag „Demenz-Prävention“**, OldTabler Ludwigshafen, Referent: Prof. Dr. G. Adler

18.06.24, **Hilfe beim Helfen-Seminar M2 „Den Alltag leben“**, VHS Ludwigshafen, Referentin Dr. Claudia Krack

27.06.24, **Vortrag „Diagnose Demenz – was tun?“**, Caritas Altenzentrum, Germersheim, Referentin Anette Krumhaar

Unsere kostenfreien Seminare und Vorträge finden Sie auf unserer Homepage unter

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/schulungen/>

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/termine-der-alzheimer-gesellschaft/>

Sie sind an als **Kursanbieter** an unseren Seminaren und Vorträgen interessiert? Dann nehmen Sie mit Anette Krumhaar (Projektmanagerin Schulungsinitiative) Kontakt auf: anette.krumhaar@alzheimer-gesellschaft-rhpf.de

Veranstaltungshinweis zum Welt-Alzheimerstag „Sport trotz(t) Demenz“ am 21.09.2024 in Worms

Zum Welt-Alzheimerstag startet die Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. in Kooperation mit der Turngemeinde 1846 Worms das Projekt **Sport trotz(t) Demenz**.

Nehmen Sie am Welt-Alzheimerstag in Worms teil und erfahren Sie durch informative Vorträge, wie man mit einer Demenz – Gemeinsam. Mutig. Leben. kann, wie wichtig Sport nicht nur bei einer Demenzerkrankung ist und wie man einer Demenz vorbeugen kann. Weiterhin erwartet Sie ein buntes Programm, erleben Sie z.B. anhand des Demenz Parcours wie sich die Symptome einer Demenz anfühlen. Kommen Sie an unsere Infostände, wir freuen uns auf das Gespräch mit Ihnen.

Notieren sie sich den Termin schon heute! Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, Anmeldungen können vom 1. bis 31. August 2024 vorgenommen werden.

Weitere Informationen zu unserer Veranstaltung zum Welt-Alzheimerstag in Worms, dem Programm sowie den **Link zur Anmeldung** finden Sie auf unserer Homepage:

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/termine-der-alzheimer-gesellschaft/#WAT2024>

Fallbeispiele aus der Praxis

Enkeltrick, Schockanrufe, falscher Polizist und Co

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Aus dem Nichts klingelt das Telefon, meine Mutter (85, alleinlebend mit beginnender Demenz) nimmt den Hörer ab und eine muntere Stimme sagt: "Hallo Oma, rate doch mal wer dran ist!". Meine Mutter antwortet spontan und freudig: "Martin, wie schön, dass du anrufst!".

So, oder sehr ähnlich ergeht es jährlich vielen Menschen. Ist erst einmal der Name des Enkels ausgesprochen, haben Telefonbetrüger eine gute Grundlage, um ihre Betrugsmasche aufzubauen, denn jetzt ist eine Bindung zum Anrufer da. Ältere Menschen werden häufiger Opfer des Enkeltricks, Menschen mit (beginnender) Demenz sind dabei besonders vulnerabel, denn Entscheidungs- und Urteilsfähigkeit sind durch die Erkrankung eingeschränkt.

So ist es auch meiner Mutter ergangen. Mit beginnender Demenz lebte meine Mutter noch allein in ihrem Haus. Nach anfänglicher Freude über den überraschenden Anruf des vermeintlichen Enkels nahm das Gespräch schnell eine andere Wendung. Angeblich hatte ihr Enkel ein Kaufangebot für ein Haus: „Oma, das ist eine Megachance für mich, das Haus ist ein tolles Angebot und sehr günstig und ich bekomme einen richtig guten Kredit. Aber ich muss gleich unterschreiben und eine Anzahlung von 30.000 Euro zahlen. Du willst doch, dass ich glücklich bin, und kannst mir das Geld leihen. Ich zahle es schnellstmöglich zurück. Aber ich brauche das Geld sofort!“

Meine Mutter schilderte diesen Anruf als extrem belastend. Die Telefonbetrüger sind routiniert und gut ausgebildet. Sie können sehr gut die Gesprächsführung übernehmen und dabei einen großen Druck ausüben.

Und dann kam die Frage nach Bargeld im Haus. Obwohl meiner Mutter jetzt erste leise Zweifel kamen, war sie nicht in der Lage, aufzulegen. Immerhin verneinte sie, Bargeld im Haus zu haben. Der Druck vom vermeintlichen Enkel wurde immer größer, jetzt wurde betont, dass die Oma ihren Enkel hängen lassen würde, jetzt wo sie am meisten gebraucht würde und ob sie ihn denn gar nicht lieb hätte. Auf diese Weise wurde ein schlechtes Gewissen erzeugt und der Druck vergrößert. Der vermeintliche Enkel forderte nun meine Mutter auf, zur Bank zu gehen, um das Geld abzuheben. Ein Freund würde dann das Geld bei ihr abholen, denn er könnte jetzt nicht weg und es müsste sehr schnell gehen.

Meine Mutter erzählte, dass ihr inzwischen ganz schummrig im Kopf war, sie wusste einfach nicht mehr weiter, konnte nicht mehr denken. Und dann klingelte es an der Haustür. Dort stand ein Taxifahrer. Dieser war von den Telefonbetrügern bestellt worden, um sie zur Bank zu fahren. Hier endet die Geschichte zum Glück gut: meine Mutter hatte es geschafft aufzulegen und ihre Tochter anzurufen. Diese hat dann die Polizei verständigt.

Der so genannte Enkeltrick ist eine besonders hinterhältige Form des Betrugs, der oft für die Opfer existenzielle Folgen haben kann. Sie können hohe Geldbeträge verlieren oder sogar um Ihre Lebensersparnisse gebracht werden. Dabei gehen die Betrüger immer raffinierter vor, schließlich geht es um viel Geld. Häufig werden auch Medien (Facebook & Co., Traueranzeigen...) genutzt, um im Vorfeld Namen und weitere Informationen über die Familie zu erhalten. Dadurch erscheint der Betrugsanruf noch überzeugender.

Auch wenn bei meiner Mutter kein finanzieller Schaden entstanden ist, so hatte sie noch viele Wochen später Ängste und Probleme, das Erlebte zu verarbeiten. Deshalb ist es gut, vorzubeugen:

Wie kann man sich gegen den Enkeltrick wappnen?

- Reden Sie öfters in der Familie mit Ihrem erkrankten Angehörigen über diese Betrugsmaschen und was man tun kann. Es ist gut, wenn die Enkel mit einbezogen werden.
- Kein Telefonbucheintrag oder zumindest Vornamen weglassen
- Am Telefon nicht den Namen des vermeintlichen Enkels nennen, sondern den Anrufer auffordern, seinen Namen zu nennen
- Gemeinsam ein „Familiengeheimwort“ vereinbaren und bei einem dubiosen Anruf danach fragen
- In der Familie vereinbaren, dass NIEMALS am Telefon um Geld gebeten wird
- Niemals Geld an Unbekannte übergeben
- Für Menschen mit Demenz kann eine Erinnerungshilfe neben dem Telefon wirksam sein, z.B. ein Aufsteller mit einem Bild vom Enkel und einer kurzen Anleitung, was man tun kann, z.B. „Ich würde dich nie am Telefon um Geld bitten, leg auf!“. Dieser kann einfach selbst gestaltet und mit Notfallnummern von engen Verwandten versehen werden.



Beispiel für einen Aufsteller am Telefon

Wenn Kinder, Enkel und Partner diese Themen immer wieder mal ansprechen, werden alle besser vorbereitet sein, wenn plötzlich das Telefon klingelt.

**Haben Ihre Angehörigen mit Demenz ebenfalls eine Betrugsmasche erlebt?
Dann schreiben Sie mir bitte Ihre Geschichte für unseren nächsten Newsletter:**
claudia.krack@alzheimer-gesellschaft-rhpf.de

Selbsthilfeangebote der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz

Sehr gerne können Sie unsere kostenfreien Selbsthilfeangebote nutzen und anderen Betroffenen davon erzählen:

a) Demenzsprechstunde:

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/demenzsprechstunde/>

Die Demenzsprechstunde findet auf Anfrage mit Terminvereinbarung in der Geschäftsstelle in Ludwigshafen, aber auch telefonisch oder per Video-Chat statt. Das Beratungsangebot umfasst z.B. Fragen zu Diagnose, den Umgang mit schwierigen Verhaltensweisen und bietet auch die Möglichkeit, über persönliche Dinge zu sprechen.

b) Demenzsprechstunde Region Südwestpfalz:

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/demenzsprechstunde-region-suedwestpfalz/>

c) Schulungsangebote:

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/schulungen/>

d) Selbsthilfegruppen:

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/selbsthilfegruppen/>

Der Austausch mit Gleichbetroffenen tut gut. Eine Selbsthilfegruppe (SHG) ist eine gute Möglichkeit ins Gespräch mit anderen Angehörigen eines Menschen mit einer Demenz zu kommen. Zurzeit gehören 23 SHGs zur Alzheimer Gesellschaft RLP, vielleicht ist eine in Ihrer Nähe (oder sie finden andere SHGs über die Suchoption über o.g. Internetlink).

e) Tanzcafés und Stammtische (diese Veranstaltungen sind für die Erkrankten und ihre Angehörigen gedacht):

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/tanzcafesundstammtische/>

f) Kommen Sie mit Ihren Fragen oder zum Stöbern zu verschiedenen Themen auch gerne in unser

„online-Forum Selbsthilfe Demenz“ der Alzheimer Gesellschaft RLP:

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/internet-forum/>

a) Lernvideos zum Thema Demenz und Pflege

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/lernvideos-zum-thema-demenz-und-pflege/>

Mit Videos kann man sehr gut Theorie und Praxis verbinden, dieses „Lernen am Modell“ ist besonders effizient und man erhält zu einzelnen Themen sehr schnell einen Überblick. Das gilt auch für Lernvideos zum Thema Demenz, wodurch diese zu einer wertvollen Ergänzung zu Schulungskursen werden. In der Linksammlung haben wir für Sie eine Vorauswahl von sehenswerten Lernvideos zusammengestellt.

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen in Kontakt zu kommen:

Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.

Mundenheimer Straße 239

67061 Ludwigshafen

Tel.: 0621 – 56 98 60

E-Mail: info@alzheimer-gesellschaft-rhpf.de

Web: www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de

Facebook: <https://www.facebook.com/AlzGesRLP/>

Sie erreichen uns persönlich zu folgenden Zeiten:

Montags von 13:00 bis 16:00 Uhr (Frau Hufnagel)

Dienstags von 09:00 bis 13:00 Uhr (Frau Krumhaar)

Mittwochs von 13:00 bis 16:00 Uhr (Frau Wilhelm)

Donnerstags von 09:00 bis 13:00 Uhr (Frau Krumhaar)

Außerhalb dieser Zeiten ist der Anrufbeantworter geschaltet. Wir freuen uns auf Sie!

Der neue Demenz-Podcast ist da, Folge 60: Demenz und Delir

Mehr als ein Drittel der über 65jährigen Patientinnen und Patienten in einem Krankenhaus entwickeln ein Delir, Menschen mit Demenz sind besonders gefährdet. Ein Delir ist immer ein Notfall und geht mit einer erhöhten Sterblichkeit einher. In dieser Folge wird erklärt, was ein Delir ist, wie man es erkennt, was zu tun ist, wenn ein Mensch ein Delir entwickelt hat und wie man ihm im besten Fall vorbeugt.

<https://www.demenz-podcast.de/>

Herzliche Grüße

Claudia Krack

Vorstandsmitglied Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz

PS: Falls Sie diesen Newsletter nicht länger erhalten möchten, senden Sie mir bitte eine kurze E-Mail.