



„ALT WERDEN IN JÜLICH – LEBEN MIT DEMENZ IN JÜLICH“

WEGWEISER FÜR DIE DEMENZFREUNDLICHE
STADT JÜLICH UND DEN NORDKREIS DÜREN

Ausgabe 2021 | 2022

BVB®  Fachverlag
für kommunale
Informationen

 **STADT JÜLICH**
Historische Festungsstadt - Moderne Forschungsstadt

 **Lokale Allianz für**
Menschen mit **Demenz**



DÜREN-JÜLICH

Pflegekompetenz aus einer Hand

Partner für Beratung & Pflege

Beratung, Kurse & Begleitung

Fachstelle Demenz

Caritas-Beratungszentrum
Stiftsherrenstraße 7 in Jülich
T. (02461) 99793-14

- ▶ Demenzberatung
- ▶ Inforeveranstaltungen
- ▶ Kursangebote und
- ▶ Gesprächskreise für pflegende Angehörige

Kurberatung für pflegende Angehörige

Seniorenreisen & spezielle Pflegereisen

Ambulanter Hospizdienst

Ambulante Versorgung zu Hause

Caritas-Pflegestation

Merkatorstraße 31 in Jülich
T. (02461) 622-5000
Kirchplatz 16 in Linnich
T. (02462) 9904-10

- ▶ Mobiler häuslicher Pflegedienst
- ▶ Hauswirtschaftliche Versorgung
- ▶ Verhinderungspflege
- ▶ Pflegeberatung

Essen auf Rädern

Hausnotruf

Tagespflege & Alten- und Pflegezentren

Alten- und Pflegezentren St. Hildegard

Merkatorstraße 31
in Jülich, T. (02461) 622-0

Heilige Familie

Von-Leerodt-Straße 23
in Titz-Hasselsweiler
T. (02463) 970-0

Tagespflegeeinrichtungen St. Hildegard

Merkatorstraße 31 in Jülich
T. (02461) 622-7001

St. Georg

Artilleriestraße 66 in Jülich
T. (02461) 3176501



GRÜßWORTE



Liebe Bürgerinnen und Bürger,

der demografische Wandel zeigt: Jülich wird älter und bunter. Die Alterung der Bevölkerung ist dabei eine der größten Herausforderungen für ein zukunftsorientiertes Jülich.

Jede und jeder von uns wünscht sich, bis ins hohe Alter hinein gesund und aktiv am gesellschaftlichen Leben teilhaben zu können. Mit der zunehmend höheren Lebenserwartung steigt jedoch auch das Risiko einer Pflegebedürftigkeit im Alter. Eine besondere Form der Erkrankung des Alters ist die Demenz. Auf Basis von vorsichtigen Schätzungen dürfen wir für Jülich annehmen, dass im Jahr 2040 rund 1000 an einer Demenz Erkrankte in unserer Stadt leben werden.

Die Versorgung, Begleitung, Betreuung und die gesellschaftliche Teilhabe demenziell veränderter Menschen, aber auch die Beratung und Entlastung ihrer pflegenden Angehörigen wird zunehmend eine herausragende Aufgabe des Gemeinwesens werden.

Einen wichtigen Schritt hat die Stadt Jülich im Herbst 2014 unternommen mit der Gründung des Aktionsbündnisses „Lokale Allianz für eine demenzfreundliche Stadt Jülich“.

Ich freue mich, dass wir nun gemeinsam mit unseren Bündnispartnern diesen Wegweiser „Alt werden in Jülich – Leben mit Demenz in Jülich“ für Betroffene und ihre Angehörigen und alle am Thema Interessierten zur Verfügung stellen können.

Axel Fuchs
Bürgermeister



Liebe Betroffene und Angehörige, sehr geehrte Damen und Herren,

auch wenn die fortschreitende Erkrankung immer mehr Unterstützung nötig macht: Menschen mit Demenz wollen selbstbestimmt leben und teilhaben. Bekanntlich tragen die Angehörigen eine Hauptlast in der Versorgung dieser Menschen. Sie dürfen sich nicht allein gelassen fühlen! Es ist also sehr zu begrüßen, dass die aktuelle Ausgabe über das „Leben mit Demenz“ in der Stadt Jülich und im Nordkreis Düren über zahlreiche Aspekte einer demenzfreundlichen Kommune umfassend informiert.

Erfreulich ist, dass es über eine Internetversion möglich sein wird, im Internet vielfältige Informationen abzurufen. Dies erleichtert eine Suche sehr. So möchte ich den Erstellerinnen und Erstellern des Wegweisers sehr zu dieser gelungenen Broschüre gratulieren. Ich bin mir sicher, sie wird für die Begleitung von Menschen mit Demenz sehr hilfreich sein.

Dr. Klaus Maria Perrar
Vorsitzender der Alzheimer
Gesellschaft Kreis Düren e.V.



Liebe Seniorinnen und Senioren, liebe Angehörige, sehr geehrte Damen und Herren,

das Aktionsbündnis „Lokale Allianz für eine demenzfreundliche Stadt Jülich“ hat für Sie diesen Wegweiser „Alt werden in Jülich – Leben mit Demenz in Jülich“ erarbeitet. Betroffene berichten, dass sie sich bei Erhalt der Diagnose „Demenz“ oft überfordert fühlen. Was genau ist eine Demenz? Wo erhalten wir Hilfe, wo bekomme ich Beratung? Und wenn das Leben zu Hause schwieriger wird, stellt sich die Frage nach Unterstützungsleistungen. Wie können wir als versorgende Angehörige Entlastung erfahren im Alltag? Auf viele Fragen kann diese Broschüre Antworten geben. Das Thema „Leben mit Demenz“ ist Schwerpunkt. Darüber hinaus bietet der Wegweiser viele nützliche Informationen für Seniorinnen und Senioren in Jülich und im Nordkreis. Nutzen Sie die Angebote, die Ihnen die Lokale Allianz in Jülich bietet.

Sprechen Sie uns an!

Beatrix Lenzen
Sozialplanerin Stadt Jülich



Malteser

...weil Nähe zählt.

**Zuhause kann immer
etwas passieren.**

Malteser Hausnotruf



**Mehr als eine
warme Mahlzeit**

Malteser Menüservice



Jetzt unverbindlich anrufen und mehr erfahren:

☎ 0800 9966007

✉ hausnotruf@malteser.org

🌐 malteser-hausnotruf.de

Jetzt unverbindlich anrufen und mehr erfahren:

☎ 0800 3020103

✉ menueservice.juelich@malteser.org

🌐 malteser-menueservice.de



BVB-Verlagsgesellschaft mbH
— seit 1990 —

Friedrichstraße 4 | 48529 Nordhorn
Tel. 05921 9730-0 | Fax 05921 9730-50
kundenservice@bvb-verlag.de
www.bvb-verlag.de



Herausgeber: BVB-Verlagsgesellschaft mbH

© BVB-Verlagsgesellschaft mbH, 2021

Titelbild:

© VadimGuzhva - Fotolia.com

Redaktion:

Beatrix Lenzen
E-Mail: blenzen@juelich.de
Telefon: 02461 63239

Stadt Jülich, Der Bürgermeister
Sozialplanung
Große Rurstr. 17, 52428 Jülich

Mitwirkende:

- Dr. Klaus Maria Perrar
Alzheimer Gesellschaft Kreis Düren e.V.
- Daniela Groß
Fachstelle Demenz,
Caritasverband für die Region Düren-Jülich e.V.
- Nadja Trowski-Muckenheim
St. Elisabeth Krankenhaus Jülich
- Günter Becker
St. Elisabeth Tagespflege GmbH
- Hasan Alagün und Janine Mülleijans
Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz
Region Aachen/Eifel
- Anja Jahn
Selbsthilfe Kontaktstelle Kreis Düren
- Michael Settgast
DRK Kreisverband Jülich e.V.
- Anneliese Poqué-Piontek
Bonifatius GmbH

Hinweis:

Einzelne Textteile im Teil A der Broschüre haben wir mit freundlicher Genehmigung der Herausgeber aus dem Wegweiser Demenz der Städteregion Aachen entnommen.

Weiterführende Informationen sind verlinkt mit dem online Portal der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz.

Alle Angaben nach bestem Wissen, jedoch ohne Gewähr oder Haftung für die Richtigkeit und Vollständigkeit. Irrtümer vorbehalten.

Titel, Umschlaggestaltung, Fotos, Kartographien sowie Art und Anordnung des Inhalts sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck – auch auszugsweise – ist nicht gestattet. Alle Rechte vorbehalten.

In unserem Verlag erscheinen unter anderem Informationsbroschüren aller Art, Wirtschafts- und Gesundheitsmagazine, Firmenbroschüren sowie Faltpläne und sonstige kartographische Erzeugnisse. Das verwendete Papier wird im ECF-Verfahren (Elementarchlor-frei) hergestellt.

IMPRESSUM, INHALTSVERZEICHNIS

TEIL A

Krankheitsbild Demenz und allgemeine Informationen 6

- | | | |
|----------|---|---|
| 1 | Gedächtnisstörungen und Formen von Demenzerkrankungen | 6 |
| 2 | Wie erkennt man Demenz? | 8 |
| 3 | Umgang mit Demenz | 9 |

TEIL B

Hilfe- und Entlastungsangebote für Betroffene und ihre Angehörigen 12

- | | | |
|-----------|---|----|
| 4 | Diagnose – der erste Schritt zur Behandlung | 12 |
| 5 | Beratungsangebote | 12 |
| 6 | Rechtliche Betreuung und Vorsorge | 15 |
| 7 | Selbsthilfe | 17 |
| 8 | Niedrigschwellige Betreuungsangebote | 18 |
| 9 | Therapeutische Angebote | 19 |
| 10 | Hauswirtschaftliche Dienste | 19 |
| 11 | Ambulante Pflegedienste | 20 |
| 12 | Tages- und Nachtpflege | 20 |
| 13 | Stationäre- und Kurzzeitpflege | 21 |
| 14 | Präventivmaßnahmen | 23 |
| 15 | Medizinische Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen für pflegende Angehörige | 25 |
| 16 | Menschen mit Demenz im Akutkrankenhaus | 25 |
| 17 | Begleitung in der letzten Lebensphase | 27 |
| 18 | Medikamente richtig einnehmen | 30 |
| 19 | Nützliche Hinweise und Anregungen | 31 |
| 20 | Liste der stationären und teilstationären Altenpflegeeinrichtungen in der Region Jülich | 32 |

TEIL C

Aktiv im Alter – Informationen zur Freizeitgestaltung und zum Ehrenamt 35

TEIL D

Stilvoll und barrierefrei wohnen 37



TEIL A KRANKHEITSBILD DEMENZ UND ALLGEMEINE INFORMATIONEN



www.deutsche-alzheimer.de/die-krankheit.html

1 GEDÄCHTNISSTÖRUNGEN UND FORMEN VON DEMENZERKRANKUNGEN

Nicht jede Gedächtnisstörung muss mit dem Beginn einer Demenzerkrankung einhergehen. Besteht jedoch eine Demenzerkrankung, ist es im Hinblick auf die Behandlungsmöglichkeiten, den Verlauf und die Symptomatik wichtig zu wissen, um welche Form es sich handelt. Durch dieses Kapitel können Sie sich schnell einen Überblick zu unterschiedlichen Krankheitsbildern sowie deren Ursachen und Erkennung verschaffen.

dass ein Mensch mit einer Demenz an der Supermarktkasse Mühe hat, zu bezahlen und sich auf dem Weg nach Hause verläuft. Er vergisst nicht nur den Namen des Cafés, wo er sich mit dem Enkel getroffen hat, sondern unter Umständen, dass er überhaupt mit ihm zusammen war.

Demenzkrankungen

Als Demenz oder Demenzerkrankungen werden alle Erkrankungen bezeichnet, die zu einem fortschreitenden Nachlassen geistiger Fähigkeiten führen. Demenz ist also eine Art Sammelname für Krankheiten mit ähnlichen Auswirkungen. Die Alzheimer Krankheit ist die weitaus häufigste Form einer Demenzerkrankung. Etwa zwei Drittel aller Demenzkranken leiden an der Alzheimer Krankheit. Daneben gibt es durchblutungsbedingte Demenzerkrankungen, die auch als „vaskuläre“ Demenzen bezeichnet werden. Seltener treten so genannte Frontotemporale Demenzen auf, die früher als Pick'sche Krankheit bezeichnet wurden.

Darüber hinaus werden in der Medizin mehr als 50 weitere vorwiegend jedoch seltene Demenzerkrankungen unterschieden. Die meisten Demenzerkrankungen können heute sinnvoll mit Medikamenten oder auf andere Weise behandelt werden. Überwiegend ist jedoch keine Heilung möglich, sondern es kann im günstigsten Fall eine Verzögerung des normalen Krankheitsverlaufs erreicht werden. Dies führt zu einer Verbesserung der Lebensqualität für die betroffenen Menschen.

Immerhin 5–10% aller Erkrankungen mit Demenzsymptomen sind jedoch heilbar, wenn sie frühzeitig genug erkannt werden. Dazu gehören vor allem Krankheiten innerer Organe, die sich indirekt auf den Hirnstoffwechsel auswirken, bestimmte Medikamentennebenwirkungen und raumfordernde



www.deutsche-alzheimer.de/demenz-wissen/die-alzheimer-krankheit

Leichte kognitive Störung (MCI = Mild Cognitive Impairment)

Bei Menschen, die ein Nachlassen ihres Gedächtnisses bemerken, Termine vergessen, Dinge verlegen, Konzentrationsstörungen haben und mit anspruchsvolleren Alltagsaufgaben nicht mehr zurechtkommen, kann eine über das normale Altern hinausgehende so genannte „leichte kognitive Störung“ vorliegen.

Diese Diagnose wird gestellt, wenn die Betroffenen auch in einem Gedächtnistest schlechter als der Altersdurchschnitt abschneiden. Die leichten kognitiven Störungen werden heute als eine mögliche Vorstufe einer Demenzerkrankung aufgefasst. Aber nur in etwa 30% der Fälle münden die Symptome später tatsächlich in eine Demenzerkrankung. Eine leichte kognitive Störung muss daher nicht zwangsläufig in eine Demenzerkrankung übergehen.

Aber eine Demenz ist mehr als eine einfache Vergesslichkeit. Die Veränderungen sind schwerwiegender und dauerhaft und sie führen dazu, dass der Betroffene normale alltägliche Abläufe nicht mehr durchführen kann. Das bedeutet z. B., dass nicht nur die Butter beim Einkauf vergessen wird, sondern



www.deutsche-alzheimer.de/die-krankheit/andere-demenz-formen/vaskulaere-demenz.html

Prozesse im Gehirn wie Tumoren oder Blutungen. Symptome wie bei einer Demenzerkrankung können auch entstehen, wenn ein Mensch über längere Zeit deutlich zu wenig trinkt oder sich in einer schweren depressiven Stimmungslage befindet. Demenzerkrankungen beginnen meist allmählich oder schleichend. Manchmal gibt es aber auch auslösende Situationen nach denen Beeinträchtigungen auffallen wie z. B. ein Krankenhausaufenthalt oder der Tod des Ehepartners. Eine Demenzerkrankung entsteht durch solche Ereignisse jedoch nicht plötzlich, sondern es sind bereits seit längerem viele Nervenzellen geschädigt und die Symptome der Erkrankung werden durch die psychisch belastenden Ereignisse erstmals offenkundig.

Alzheimer Krankheit 2 (auch Demenz vom Alzheimer Typ, DAT)

Die Alzheimer Krankheit ist die mit Abstand häufigste Ursache für ein Demenzsyndrom.

Sie tritt vor allem im höheren Lebensalter auf, kann aber auch in seltenen Fällen in früheren Lebensjahren entstehen. Durch die steigende individuelle Lebenserwartung wird das persönliche Risiko an Alzheimer zu erkranken immer höher. Der Krankheitsverlauf ist schleichend. Die Schädigungen der Nervenzellen durch die Alzheimer Krankheit beginnen nach heutigem Kenntnisstand bereits 20–30 Jahre bevor erste Symptome der Krankheit auftreten. Merkbare geistige Beeinträchtigungen treten erst auf, wenn viele Nervenzellen und deren Verbindungen im Gehirn geschädigt sind. Dann kann das Gehirn den Verlust dieser Nervenzellen nicht mehr ausgleichen.

Die Alzheimer Krankheit macht sich anfangs meist durch Schwierigkeiten bemerkbar, sich an kurz zurückliegende Ereignisse zu erinnern, Neues zu lernen oder sich etwas dauerhaft einzuprägen. Auch mit komplexen Handlungsabfolgen und Planungsprozessen wie etwa beim Kochen oder bei handwerklichen Tätigkeiten zurecht zu kommen, kann schwierig werden. Ebenso fällt es meist schwer, sich in einer nicht vertrauten Umgebung zurecht zu finden (Orientierungsprobleme). Die erkrankten Menschen wirken oft reizbarer und unzufriedener als früher, weil sie unter den Beeinträchtigungen leiden. Ist man von der Krankheit betroffen, reagiert man unter Umständen auch depressiv, zieht sich zurück oder beschuldigt andere für Fehler, die man selbst begangen hat.

Vaskuläre Demenz 3

Erkrankungen der kleineren oder größeren Blutgefäße im Gehirn können schrittweise zu einer Symptomatik führen, die als vaskuläre Demenz bezeichnet wird und ca. 5–10 % aller Krankheitsfälle ausmacht.

Eine vaskuläre Demenz kann beispielsweise durch sich häufig wiederholende kleine Thrombosen (Gefäßverschlüsse) in den Blutadern des Gehirns oder nach mehreren Schlaganfällen entstehen. Dadurch gehen Nervenzellen schrittweise zugrunde, die durch diese Blutgefäße versorgt werden. Reine Formen der vaskulären Demenz gibt es eher selten, häufiger liegen Mischformen zwischen einer vaskulären Demenz und einer Alzheimer Krankheit vor.

Frontotemporale Demenz 4

Die Frontotemporale Demenz ist eine Krankheit, bei der der Abbau von Nervenzellen zunächst im Stirn- und Schläfenbereich des Gehirns stattfindet.

Von hier aus werden unter anderem Emotionen und Sozialverhalten gesteuert. Menschen, die davon betroffen sind, leiden zunächst meist weniger an Beeinträchtigungen des Gedächtnisses und der Orientierung. Dafür stehen am Anfang oft Verhaltensauffälligkeiten und Wesensveränderungen im Vordergrund. Die Erkrankten verlieren häufig das Gefühl für sozial angepasstes Verhalten.

Lewy-Körperchen-Demenz (LKD) 5

Sie ist der Alzheimer Krankheit sehr ähnlich, unterscheidet sich jedoch durch einige Besonderheiten wie z. B. einen teilweise starken Wechsel der geistigen Verfassung, gelegentliche Bewusstseinsstörungen oder Halluzinationen oder eine Symptomatik ähnlich der Parkinson Erkrankung bereits im frühen Stadium.

Demenz bei Morbus Parkinson 6

Das Hauptsymptom des Morbus Parkinson besteht in einer chronischen Verlangsamung aller Bewegungsabläufe, einer Unfähigkeit neue Bewegungen zu initiieren und einer Störung der Feinmotorik. Obwohl bei den Patientinnen und Patienten keine wirklichen Lähmungen vorliegen, kann die Bewegungsstörung so schwere Ausmaße annehmen, dass die Betroffenen völlig bewegungslos und starr wirken. Der Gang ist vornübergebeugt und kleinschrittig, die Mimik wirkt starr und ausdruckslos. Bei vielen Kranken tritt darüber hinaus in Ruhe ein charakteristisches Zittern und bei der neurologischen Untersuchung eine typische Muskelsteifigkeit in Erscheinung. Der Morbus Parkinson verläuft langsam schleichend über viele Jahre hinweg. Bei ca. einem Drittel der Betroffenen kann sich im späten Stadium zusätzlich eine Demenz herausbilden.

Informationen zu weiteren seltener auftretenden Formen einer Demenzerkrankung. 7



4 www.deutsche-alzheimer.de/demenz-wissen/frontotemporale-demenz



5 www.deutsche-alzheimer.de/die-krankheit/andere-demenz-formen/lewy-koerper-demenz.html



6 www.deutsche-alzheimer.de/demenz-wissen/andere-demenzformen



7 www.deutsche-alzheimer.de/die-krankheit/andere-demenz-formen.html

2 WIE ERKENNT MAN DEMENZ?

Verstärkte Vergesslichkeit	Schlüssel oder andere Gegenstände werden häufiger als früher verlegt. Fragen wiederholen sich. Die Haustür wird nicht verschlossen, der Herd wird angelassen.
Orientierungsstörungen	Tag, Monat und Jahr können nicht mehr benannt werden. Monate und Jahreszeiten können nicht mehr zugeordnet werden. Die Lage früher bekannter Orte wird nicht mehr gewusst. Die Zuordnung von Namen zu Personen geht verloren.
Sprachstörungen	Schwierigkeiten, die richtigen Worte zu finden. Zu verstehen, was gemeint ist und sich selbst verständlich zu machen. Umschreibungen häufen sich.
Gefühlsstörungen	Eine leichte Euphorie, Depressivität und auch Aggressivität können auftreten. Oft werden diese Gefühle als „Böswilligkeit“ oder „wahre Gefühle“ verkannt.
Wahnvorstellungen	Kranke können sich bestohlen fühlen, wenn sie vergessen, wohin sie ihre Gegenstände gelegt haben.
Erhaltene Fassade	Die vorhandenen Fähigkeiten werden genutzt, um die Beschwerden zu überspielen: die äußere Fassade ist sehr lange intakt.

Weitere Krankheitsanzeichen: Motorische Unruhe, Umherlaufen, Halluzinationen, Unsicherheit, Interessenlosigkeit, fehlende Organisation von Körperpflege und Kleidung, Blasen und Darmentleerungsstörungen, Persönlichkeitsveränderungen



www.deutsche-alzheimer.de/demenz-wissen/antworten-auf-haeufige-fragen

Hier finden Sie weitere hilfreiche Informationen und Antworten auf häufig gestellte Fragen.

Zu den grundlegenden diagnostischen Untersuchungsmethoden bei Symptomen geistiger Beeinträchtigungen gehören zunächst eine ausführliche Befragung des Betroffenen und seiner Angehörigen, eine vollständige neurologisch-psychiatrische Untersuchung, eine internistische Untersuchung, eine Blutuntersuchung, eine neuroradiologische Untersuchung wie z. B. eine Computertomographie (CCT) oder Kernspintomographie (MRT) des Gehirns, eine Untersuchung des Nervenwassers (Liquor) und ein Demenzscreening.

Ein Demenzscreening ist ein einfacher und schnell durchzuführender Test mit einigen Denk- und Gedächtnisaufgaben. Oft werden zu diesem Zweck der „DemTect“ oder der „Mini-Mental-Status-Test MMST“ eingesetzt. Meistens ist der Hausarzt der erste Ansprechpartner. Üblicherweise wird zur Diagnosestellung aber auch ein Facharzt für Neurologie oder Psychiatrie eingeschaltet. In unklaren Fällen sollte eine spezialisierte Gedächtnissprechstunde oder Memory Clinic („Gedächtnis-Klinik“) aufgesucht werden.

Es gibt eine Reihe von Einflüssen, die die Denk- und Gedächtnisleistungen sowohl bei nicht demenzkranken als auch bei demenzkranken Menschen stark beeinflussen können. Diese Faktoren sind Stress,

Übermüdung, Stimmung und das fortschreitende Alter. Unter hohem psychischem Stress oder bei großer Anspannung wie etwa in einer Prüfungssituation oder bei Panik können die Fähigkeiten zu denken und sich zu erinnern deutlich eingeschränkt sein. Ähnlich wirken Übermüdungs- und Erschöpfungszustände oder eine ausgeprägte depressive Verstimmung. Menschen, die an einer Depression leiden, haben häufig auch deutliche Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren. Sie wirken oft zerstreut oder die Gedanken kreisen ständig um leidvolle Vorstellungen, um Schuldgefühle oder Versagensängste. Sie sind daher wenig offen für andere geistige Aktivitäten.

Eine depressive Verstimmung von einer Demenzerkrankung zu unterscheiden kann selbst für erfahrene Fachleute schwierig sein. Auch Demenzkranke leiden nämlich häufig in der ersten Krankheitsphase an depressiven Verstimmungen. Auffallend ist jedoch oftmals, dass depressive Menschen in der Regel über ihre Beeinträchtigungen offen klagen, während demenzkranke Menschen Beeinträchtigungen verbergen und meist ihre Fähigkeiten überschätzen. Wichtig ist daher, dass sich ein Arzt oder Neuropsychologe bei der Diagnosefindung Zeit für das Gespräch mit dem Patienten und dessen Angehörigen nimmt, um auf solche Einflüsse aufmerksam zu werden.

3 UMGANG MIT DEMENZ

Wie können Angehörige mit demenziell veränderten Menschen umgehen?

Angehörige tragen den Hauptteil an der Versorgung des demenziell veränderten Menschen.

Der geliebte und vertraute Partner, die Partnerin oder die Eltern verändern sich in ihrer Wahrnehmung und in ihrer Kommunikation und im Verhalten durch die fortschreitende Demenzerkrankung. Die Probleme, die im Zusammenleben mit einem

an Demenz erkrankten Menschen auftreten, können sehr verschieden sein, denn sie sind abhängig von der jeweiligen Persönlichkeit, vom Stadium der Krankheit aber auch von individuellen Schwierigkeiten, die die versorgenden Angehörigen mit der herausfordernden Situation in der Betreuung haben.

Hier finden Sie hilfreiche Informationen und Verhaltenshinweise. (Diese Verhaltenempfehlungen gehen auf internationale anerkannte und erprobte Handlungsempfehlungen zum Umgang mit demenziell Erkrankten zurück.)



www.deutsche-alzheimer.de/mit-demenz-leben/umgang-und-kommunikation

TEIL A

11 Tipps

zur besseren Verständigung mit Menschen mit Demenz



1. Führen Sie das Gespräch auf gleicher Augenhöhe.



6. Achten Sie auch auf die Gefühle, die mitschwingen.



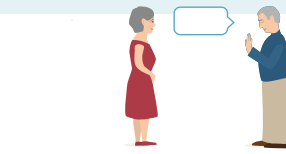
2. Seien Sie freundlich und zugewandt.



7. Lassen Sie Zeit zum Antworten.




3. Verwenden Sie einfache, kurze Sätze.



8. Hören Sie aufmerksam zu und achten Sie auf die Körpersprache.




4. Sprechen Sie langsam und deutlich.




9. Sagen oder fragen Sie immer nur eine Sache auf einmal.



5. Unterstreichen Sie Ihre Worte durch Gesten und Mimik



10. Stellen Sie keine „Warum, Weshalb, Wann und Wo“-Fragen.



Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz
www.deutsche-alzheimer.de



11. Zeigen Sie Anerkennung für das, was gelungen ist und weisen Sie nicht auf Fehler hin.



Caritasverband Düren-Jülich

Rundum versorgt mit der Caritas

Die Caritas-Experten zum Leben im Alter sind überall im Kreis vertreten und stehen mit Rat und Tat zur Seite. Von Titz im Norden, über Jülich und Düren bis in die Eifelstädte Heimbach und Nideggen hat die Caritas mindestens eine Anlaufstelle in jeder Kommune. Neben den Altenzentren im Nordkreis – Heilige Familie (Titz-Hasselsweiler) und St. Hildegard (Jülich) – versorgen bald zehn Tagespflegen und die acht Caritas-Pflegestationen jeden Tag viele pflegebedürftige Menschen kompetent und mit Herz im gesamten Kreisgebiet.

Eine Beratung – sei es rund um das Thema Versorgungsangebote für das Leben im Alter oder beispielsweise eine allgemeine Sozialberatung – ist in allen Caritas-Einrichtungen grundsätzlich kostenlos und überkonfessionell. Mit seinem Beratungszentrum in der Stiftsherrenstraße 7 in Jülich hat der katholische Verband 2021 eine neue Anlaufstelle geschaffen und folgt hier seinem Grundsatz „Nah beim Menschen“. „Wie immer beraten wir unabhängig von Alter, Geschlecht, Staatsangehörigkeit oder Weltanschauung. Persönlich, per Telefon, Video-Chat, E-Mail oder auch per Online-Beratung stehen unsere Expertinnen und Experten immer gerne und kostenfrei zur Verfügung. Mitten im Herzen von Jülich arbeiten wir für das gemeinsame Miteinander“, so Caritas-Vorstand Dirk Hucko.

Die Angebote im Beratungszentrum Jülich umfassen beispielsweise die Demenzberatung und ihre Veranstaltungen sowie Kurse für Betroffene und Angehörige, das Freiwilligenzentrum Jülich berät zum ehrenamtlichen Engagement, die Gemeindesozialarbeit und die Integrationsagentur fördern das soziale Miteinander und die Kurberatung berät und vermittelt Eltern-Kind-Kuren, Elternkuren und neuerdings auch Kuren für pflegende Angehörige.

Alle Angebote, auch die mit Sitz in Düren und anderswo, wie beispielsweise der Hausnotruf, der ambulante Hospizdienst, die Senioren- und Pflegerreisen, das Essen auf Rädern oder die Jugend- und Familienhilfe, die Suchtberatung und vieles mehr bietet die Caritas natürlich kreisweit an.

„Insbesondere in der Pflege ist es Betroffenen und Angehörigen wichtig, dass die Angebote verlässlich ineinandergreifen und Hand-in-Hand funktionieren. Deshalb stellen wir sicher, hier ein kompetentes Netzwerk anbieten zu können. In der häusliche Pflege bieten daher unsere Pflegestationen vor Ort die pflegerische Versorgung aber auch die hauswirtschaftliche Unterstützung an. Zudem können kostenfreie Kurse und Beratung in Anspruch genommen werden und steht der Hausnotruf oder das Essen auf Rädern als ergänzender Service zur Verfügung. Wir führen Pflegerreisen durch, vermitteln Kurzzeitpflegeplätze und Kurmaßnahmen für die Vielzahl der Menschen, die ihre Angehörigen selbst zu Hause pflegen. Hier kann auch eine tageweise Betreuung in einer der zwei Jülicher Tagespflegen St. Georg oder St. Hildegard eine große Entlastung sein. Wir fassen unser Angebot an die Menschen in Jülich und im Nordkreis unter dem Leitmotiv „Pflegekompetenz aus einer Hand“ zusammen“, so Caritasvorstand Hucko.

Auf der Internetseite www.caritas-dueren-juelich.de stellt die Caritas ihre Angebote ausführlich vor. Eine persönliche Anfrage ist immer kostenlos.

Wie können pflegende, betreuende Angehörige für sich selbst sorgen?

Der Wunsch nach häuslicher Betreuung ist vielfach groß, doch nicht immer ist diese von den Angehörigen leistbar. Angehörige, die zu Hause einen demenziell veränderten Menschen betreuen, versorgen, pflegen vergessen oftmals ihre eigenen Bedürfnisse. Die Versorgung des Angehörigen fordert mit Fortschreiten der Erkrankung sehr viel Energie und Zeit. Wer sich so intensiv kümmert braucht Entlastung und Unterstützung. Es ist wichtig, eigene Freiräume zu haben und soziale Kontakte zu Menschen außerhalb der eigenen Vier-Wände und des Pflegealltags weiterhin zu unterhalten. Neue Energie zu tanken durch kleine Auszeiten hilft dabei, den Alltag als Pfleger meistern zu können. Die mittlere Generation steht oftmals noch im Berufsleben, hat eigene Familie mit Kindern und will zusätzlich die Betreuung und Pflege der von einer Demenz betroffenen Eltern meistern.

- › Überlegen Sie sich das Ganze gründlich! Nur ein Krug, der randvoll ist, kann überlaufen, sonst ist er irgendwann leer.
- › Bedenken Sie: Schuldgefühle alleine sind eine schlechte Grundlage für eine häusliche Betreuung.
- › Fühlen Sie sich körperlich und seelisch in der Lage, die/den Kranken zu betreuen?
- › Suchen Sie praktische und emotionale Unterstützung!
- › Berufen Sie eine Familienkonferenz ein.

- › Beginnen Sie die Suche nach Hilfs- und Entlastungsmöglichkeiten, solange noch Luft dazu da ist.
- › Versuchen Sie, Prioritäten zu setzen.
- › Taucht ein neues Problem auf, dann akzeptieren Sie nicht zu schnell, dass Sie es selbst und alleine lösen müssen.
- › Bauen Sie regelmäßig „Freizeiten“ ein.
- › Gönnen Sie sich jeden Tag etwas, worauf Sie sich freuen können.
- › Machen Sie sich selbst ein Geschenk und geben Sie sich auch ab und zu ein Eigenlob.
- › Vermeiden Sie es, in Isolierung zu geraten.
- › Informieren Sie daher Freunde, Bekannte und Nachbarn über die Erkrankung Ihres Familienmitglieds.
- › Suchen Sie sich Vertraute, mit denen Sie über Ihre Wünsche und Sorgen reden können.
- › Versuchen Sie, negative Gefühle nicht zu verurteilen.
- › Sprechen Sie mit anderen Menschen, zu denen Sie Vertrauen haben, über Ihre Empfindungen.
- › Machen Sie sich deutlich, was Sie alles für den Erkrankten leisten bzw. geleistet haben.
- › Versuchen Sie, positive Erlebnisse und die kleinen Zeichen des Wohlbefindens des Erkrankten zu sehen.

Hier finden Sie weitere hilfreiche Informationen als Angehörige.

2



www.deutsche-alzheimer.de/
angebote-zur-
unterstuetzung/
entlastungsan-
gebote





© Halfpoint - shutterstock.com

TEIL B HILFE- UND ENTLASTUNGSANGEBOTE FÜR BETROFFENE UND IHRE ANGEHÖRIGEN

Für Menschen, die an einer Demenz erkrankt sind und Ihre Angehörigen gibt es in Jülich und Umgebung verschiedene Hilfe- und Entlastungsangebote. Diese Angebote sind im Folgenden kurz beschrieben. Adressen der lokalen und regionalen Ansprechpartner sind bei den Angeboten aufgeführt oder es wird an die Beratungsstellen verwiesen für eine detaillierte Auskunft und Suche nach dem für Sie passenden Angebot.



1
www.deutsche-
alzheimer.de/
fileadmin/alz/
pdf/factsheets/
infoblatt7_
entlastung.pdf

4 DIAGNOSE – DER ERSTE SCHRITT ZUR BEHANDLUNG

Grundlage für jede medizinische Behandlung und die Einleitung von geeigneten Therapien ist eine umfassende Diagnose.

Diagnosestellung und Information über das Krankheitsbild sind die Voraussetzung dafür, dass die Kranken und ihre Angehörigen die nächsten Jahre planen und zu gegebener Zeit notwendige Entscheidungen treffen können. Bei ersten Hinweisen auf eine demenzielle Erkrankung ist es notwendig, sich an den Hausarzt zu wenden. In der Regel kennen Hausärzte ihre Patienten über einen sehr langen Zeitraum und haben eine Vertrauensstellung bei diesen. Der Hausarzt/die Hausärztin wird Untersuchungen veranlassen, die nötig sind, um andere Erkrankungen auszuschließen. Gleichzeitig wird durch erste Tests die geistige Leistungsfähigkeit überprüft. Bestätigt sich hierbei der Verdacht auf eine Demenzerkrankung, erfolgt die Überweisung an einen niedergelassene/n Facharzt/ Fachärztin für Neurologie oder Psychiatrie oder an eine gerontopsychiatrische Fachambulanz/Gedächtnissprechstunde. Dort werden alle notwendigen Untersuchungen durchgeführt, um eine umfassende Diagnose zu stellen und geeignete Therapien einzuleiten. Die Kostenübernahme erfolgt durch die jeweilige Krankenkasse. Dies gilt sowohl für teilstationäre (z. B. eine Tagesklinik) als auch für vollstationäre Angebote (Krankenhaus oder Reha-Einrichtung).

In Jülich gibt es mehrere niedergelassene Fachärzte/ärztinnen für Neurologie oder Psychiatrie. Die nächstgelegene gerontopsychiatrische Abteilung gibt es in der LVR-Klinik Düren.

Informationsblatt 7: Die Entlastung pflegender Angehöriger

1

5 BERATUNGSANGEBOTE

Wenn die Diagnose "Demenz" gestellt wird, wirft das für Betroffene und ihre Angehörigen viele Fragen auf. In Jülich gibt es verschiedene Beratungsstellen, die zum Teil kostenlos Auskünfte erteilen und informieren. Darüber hinaus gibt es auch regionale Beratungsstellen in der Nähe und überregionale Beratungsangebote über Internetportale.

Beratungsstellen sind in der Regel die ersten Anlaufstellen bei auftretenden Fragen oder Problemen. Sie beraten über das Krankheitsbild, mögliche Therapien, aber auch zu schwierigen Situationen im Alltag und zu Entlastungsmöglichkeiten. Auch andere Fragen – zum Beispiel wie Dienstleistungen finanziert werden können, die Wohnung angepasst werden kann oder zu Anträgen bei der Pflegekasse – können in den verschiedenen Beratungs- und Anlaufstellen beantwortet werden. Beratungsstellen unterliegen grundsätzlich der Schweigepflicht.

Beratungsstellen in Jülich für demenzkranke oder/und pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen:

Ehrenamtliche Demenzlotsen der Stadt Jülich

2

Sie sind ein niedrigschwelliges, neutrales und kostenfreies Beratungsangebot für Bürgerinnen und Bürger der Stadt Jülich. Die Demenzlotsen informieren



www.juelich.de/
demenzlotsen

über alle in Jülich angebotenen Hilfs- und Unterstützungsleistungen, sie beraten zu Leistungen der Pflegeversicherung bei Demenz und zu Vollmachten, sie unterstützen individuell bei der Abstimmung der bedarfsgerechten Service- und Betreuungsleistungen, sie vermitteln zu Ärzten, Beratungsstellen, Pflegeeinrichtungen und weiteren Dienstleistern. Die Beratung kann sowohl telefonisch als auch zu Hause stattfinden. Sie ist vertraulich und kann auf Wunsch auch anonym erfolgen.

☎ 02461 63237
✉ blenzen@juelich.de

Fachstelle Demenz

3

Der Caritasverband für die Region Düren-Jülich e.V. bietet mit der Fachstelle Demenz eine Beratungsstelle, die sich mit ihrem Angebot an Erkrankte sowie deren An- und Zugehörige richtet. Der Weg bis zu einem selbstverständlichen Miteinander im Lebensalltag ist noch weit. Hier bietet die Fachstelle Hilfen zur Orientierung:

- › Wissen über die Krankheit vermitteln
- › Umgang mit verändertem Verhalten
- › Leistungsansprüche z. B. der Pflegeversicherung
- › Vermittlung von Hilfeleistungen
- › Schulung von Angehörigen und Interessierten
- › Gesprächskreise für pflegende Angehörige
- › Informationsveranstaltungen
- › Sonderveranstaltungen für Menschen mit Demenz

☎ 02461 99793-14 (freitags in Jülich)
✉ dgross@caritas-dn.de

Beratung bieten in der Regel auch die ambulanten Pflegedienste

Die Beratung der Pflegebedürftigen und deren Angehörige nach § 37.2 SGB XI. Alle Pflegebedürftigen mit einer Einstufung in einen Pflegegrad haben, je nach Pflegegrad, die Pflegeberatung nach § 37 Abs.3 SGB XI halb- oder vierteljährig nachzuweisen. Die Beratung wird durch die Pflegekasse eingefordert, bei den Pflegebedürftigen mit Pflegegeldleistung. Die Pflegeberatung kann auch von dem Pflegebedürftigen selbst eingefordert werden, auch wenn ein Pflegedienst bereits tätig ist. Die Beratung umfasst auch hier alle aufgeführten schon erwähnten Themen rund um die Pflege. Die Abrechnung dieser Beratung erfolgt über die jeweilige Pflegekasse und ist für den zu Beratenden kostenlos.

Themen der Pflegeberatung durch die oben angeführten Beratungsangebote:

- › **Hilfsmittel** in der Pflege » welche stehen im Katalog der Kassen, wie können diese verordnet werden.
- › **Wohnungsanpassungsmaßnahmen** » Finanzielle Unterstützung durch die Pflegekasse, seinen eigenen Wohnraum für Pflegetätigkeiten anzupassen.

- › **Pflegesituation** » Wie kann die häusliche Versorgung sichergestellt werden, so dass der pflegende Angehörige auch seine Freiräume hat.
- › **Verhinderungspflege** » Beantragung, welche verschiedenen Möglichkeiten der Entlastung bestehen
- › **Kurzzeitpflege** » wie viele Tage stehen zur Verfügung, wie schaut die Finanzierung aus
- › **Tages- und Nachtpflege** » Angebote und Finanzierung
- › **Pflegeentlastungsbetrag § 45b** » Was bietet das Budget der Pflegeentlastung?
- › **Pflegekurs** » für pflegende Angehörige
- › **Netzwerke vorstellen** » Senioren helfen Senioren, Demenzarbeit im Umfeld, Tafel etc.
- › **Hausnotruf, Essen auf Rädern** » lokale Angebote
- › **Erstattung von Hilfsmitteln des täglichen Verbrauchs** » z. B. Desinfektionsmittel, Handschuhe
- › **Für den pflegenden Angehörigen** » Freistellung aus Berufsleben, Rentenansprüche, Unfallversicherung, Reha-Maßnahmen

Aktionsbündnis „Lokale Allianz für eine demenzfreundliche Stadt Jülich“

4

Zusammenschluss von Institutionen der ambulanten, teilstationären und stationären Pflege, des Gesundheitsverbands Jülicher Land, Selbsthilfe, Angehörigenvertretern, St. Elisabeth Krankenhaus, Beratungseinrichtungen und ehrenamtlichen Projekten, Krankenkassen, Apotheken, Einrichtungen der Stadt Jülich, Forschungszentrum Jülich, Alzheimer Gesellschaft Kreis Düren e.V. und dem Regionalbüro Alter, Pflege, Demenz Region Aachen/Eifel.

Aufgaben des Aktionsbündnisses sind:

- › Entwicklung von Angeboten zur Verbesserung der Lebensbedingungen der von Demenz Betroffenen und ihrer Angehörigen
- › Vernetzung von Pflege, Medizin, Selbsthilfe und Ehrenamt
- › Information von Betroffenen und der Jülicher Öffentlichkeit
- › Fortbildungsangebote für Betroffene, Angehörige, professionelle und ehrenamtliche
- › Kräfte der Altenpflege u.a., für Berufsgruppen, Vereine usw. zum Thema Demenz

Regionale Beratungsstellen zu Demenz Alzheimer Gesellschaft Kreis Düren e.V.

5

- › Wir bieten individuelle Beratung und Information
- › Gründung und Begleitung von Angehörigengruppen vor Ort
- › Pflegekurse für Angehörige
- › Demenzforen, Fachvorträge und Schulungen



www.caritasverband-dueren.de/
senioren/
demenzberatung/
demenzberatung



www.juelich.de/
lokaleallianz



www.alzheimer-kreis-dueren.de



Pflegebera-
tungsstelle
Kreis Düren

6

Überregionale Beratungsangebote



**Serviceportal
Wegweiser Demenz**

www.wegweiser-demenz.de



**Deutsche Alzheimer
Gesellschaft e. V.**

www.deutsche-alzheimer.de



Pflegeberatung
bei der Stadt
Jülich

7

Pflegeberatung

Nach § 4 Landespflegegesetz NW (PfG NW) sind Pflegebedürftige, von Pflegebedürftigkeit Bedrohte und ihre Angehörigen zu beraten und über die erforderlichen ambulanten, teilstationären, vollstationären und komplementären Hilfen zu informieren.

Diese Aufgabe übernimmt die Pflegeberatungsstelle des Kreises Düren. Die Beratung erfolgt trägerunabhängig, neutral und kostenlos.

6

Die Pflegeberatung bietet im Kreis Düren in den Rathäusern der Kommunen Vor-Ort-Beratung nach vorheriger Terminvereinbarung an.

7

Wohnberatung

Das Beratungsangebot gibt Hilfestellung um möglichst lange in der vertrauten Umgebung wohnen bleiben zu können. Die Beratung ist trägerunabhängig, neutral und kostenlos. Sie berät zu den Themen Anpassung des Wohnumfeldes im Alter und bei Behinderung, Hilfsmittel zur Erleichterung des Alltages, Finanzierungsmöglichkeiten in Form von Zuschüssen oder Darlehen, Unterstützung bei der Umsetzung der verschiedenen Maßnahmen.

8

9

Demenz-Musterwohnung der Servicestelle Demenz der AOK Rheinland/Hamburg

Orientierung, Sicherheit und Wohlbefinden sind die wichtigsten Aspekte der Wohnungsgestaltung für

Hörakustiker

HÖRAKUSTIKHEUSER

Mit unseren Hörgeräten hören und verstehen Sie gut –
in jeder Lebenslage.



In schönen
Momenten.

In lauten
Momenten.



In hitzigen
Momenten.



In stillen
Momenten.



Beispielbild eines Oticon OPN
CIC Im-Ohr-Hörgerätes



Hörakustik Heuser
Hochstraße 54
41372 Niederkrüchten
Tel.: 02163 2037307



Hörakustik Heuser
Mahrstraße 3
52441 Linnich
Tel.: 02462 2060417

**Kontaktieren Sie uns gerne für mehr Informationen
zur Weltneuheit.**

info@hoerakustik-heuser.de · www.hoerakustik-heuser.de

Demenzkranke, die nach wie vor in ihrem Zuhause leben. In der Musterwohnung Demenz erfahren die Teilnehmer einfache, gut umsetzbare sowie kostengünstige Möglichkeiten, die eigene Wohnung „demenzfreundlicher“ zu gestalten. Dazu gehören neben praktischen Tipps auch Informationen zu technischen Unterstützungssystemen. Die Musterwohnung ist einer durchschnittlichen Wohnung nachempfunden, also realitätsnah konzipiert. Die Vorschläge zur Gestaltung sind demnach gut umsetzbar. Tipps finden Sie im Internet. 10

In Jülich können Sie die Demenz-Musterwohnung besichtigen.

AOK Musterwohnung

☎ 02461 682-299

6 RECHTLICHE BETREUUNG UND VORSORGE

Mit der Diagnose Demenz ergeben sich viele Fragen zum Thema Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, gesetzliche Betreuung/gesetzliche Vertretung und Patientenverfügung. Hierzu gibt es vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten. Der Rechtsbereich ist jedoch so umfassend, dass es sich empfiehlt, spezielle Literatur oder andere rechtliche Beratungsmöglichkeiten zu nutzen.



© Dmytro Zinkevych - shutterstock.com

Betreuungsverfügung

Mit einer Betreuungsverfügung können Sie für den Betreuungsfall schriftlich Wünsche äußern, z. B. wen Sie als Betreuer/-in vorschlagen oder ablehnen, welche Wünsche und Gewohnheiten von Ihrem/Ihrer Betreuer/-in respektiert werden sollen, wo Sie im Pflegefall versorgt werden möchten.

Vorsorgevollmacht

Mit einer Vorsorgevollmacht können Menschen frühzeitig regeln, wer Entscheidungen für sie fällt, wenn sie selbst aufgrund einer Erkrankung geschäftsunfähig sind.

Solange man geistig fit ist, kann man vertraute Menschen zu Bevollmächtigten machen. Die Vorsorgevollmacht für Gesundheitsvorsorge gilt für medizinische und pflegerische Belange. Weitere Vollmachten können zum Beispiel für Finanzielles, Behördliches und Gerichtliches, zur Entscheidung über den Aufenthalt verfügt werden.

Wichtig zu wissen: Sind Sie aufgrund einer Erkrankung nicht in der Lage, notwendige Entscheidungen selbst zu treffen und durchzusetzen, kann dies für Sie nur ein von Ihnen Bevollmächtigter übernehmen. Gibt es in diesem „Ernst- und Notfall“ keine Vollmacht, so ist durch das Amtsgericht Ihres Wohnortes für Sie eine rechtliche Betreuung anzuordnen. Dann entscheidet das Gericht, welche Person berechtigt und verpflichtet ist, für sie tätig zu werden. 1

Patientenverfügung

Mit einer Patientenverfügung kann ein Patient oder eine Patientin den Willen im Hinblick auf eine künftige medizinische Behandlung festlegen. Dies ist insbesondere für den Fall von Bedeutung, in dem die Person nicht mehr in der Lage ist, den Willen zu äußern.

Beratung zu rechtlicher Betreuung:

Betreuungsgericht am Amtsgericht Jülich

Die Betreuungsabteilung im Amtsgericht ist zuständig für die Bestellung und Überprüfung von Betreuerinnen und Betreuern. 2

Betreuungsstelle des Kreises Düren

Die Betreuungsstelle berät und informiert zu Fragen des Betreuungsrechts und der Vorsorgemöglichkeiten. 3

Weitere Informationen zum Betreuungsrecht erhalten Sie bei der **Deutschen Alzheimer Gesellschaft e. V.** 4



8 Wohnberatungsstelle des Kreises Düren



9 www.deutsche-alzheimer.de Informationsblatt 10



10 www.aok.de/pk/rh/inhalt/musterwohnung-demenz/



1 Ausführliche Informationen und Formulare finden Sie im Internet.



2 www.ag-juelich.nrw.de/aufgaben/abteilungen/Betreuung/index.php



3 Betreuungsstelle Kreis Düren



4 Informationsblatt 9 zu Betreuungsrecht

Hörakustiker

WER GUT HÖRT, BLEIBT LÄNGER FIT UND AKTIV

Wir alle wünschen uns, möglichst bis ins hohe Alter **fit und aktiv** zu bleiben. Insbesondere die **geistige Fitness** hängt maßgeblich davon ab, wie **gut wir hören**. Da der Hörverlust in der Regel ein schleicher Prozess ist, merkt der Betroffene oft als letzter, dass sein Gehör und damit auch das Sprachverständnis nachgelassen haben. Eingeschränktes Hörvermögen kommt in jedem Lebensalter vor, jenseits der 50 steigt die Zahl der Hörgeschädigten jedoch stark an. Schwerhörige Menschen fühlen sich im Kontakt mit anderen verunsichert und ziehen sich **unbewusst zurück**. Das Gehirn bekommt somit immer weniger Impulse und **baut Nervenverbindungen ab**. Aktuelle Studien zeigen, dass eine unbehandelte bzw. unversorgte **Hörminderung ein Hauptrisikofaktor für Altersdepression und Altersdemenz** ist. Wer also die ersten Anzeichen für die Verschlechterung seines Gehörs ernst nimmt und für entsprechenden Ausgleich sorgt, kann sich die körperliche **Vitalität, Lebensfreude und Lebensqualität** erhalten.

Während die Brille bereits ein beliebtes modisches Accessoire ist, fristen Hörergeräte dagegen oft noch ein **Schattendasein**. Dabei könnten viele

Menschen mit Hörminderungen bzw. Schwerhörige von **modernen Hörsystemen, vom Hörakustiker individuell und optimal angepasst, profitieren**.

Anzeichen für beginnende Schwerhörigkeit:

- › Sie überhören Vogelgezwitscher, Uhr, Telefon, Klingel
- › Es kommt Ihnen vor, als würden die Gesprächspartner nuscheln
- › Schlechtes Sprachverstehen bei Geräuschkulisse
- › Familienmitglieder oder Nachbarn beschwerten sich über zu lauten Fernseher bzw. zu lautes Radio
- › Sie müssen von den Lippen ablesen

Besuchen Sie uns. Gerne überprüfen wir Ihr Gehör und beraten Sie **kostenlos und unverbindlich**.

Wenn Sie bereits Höreräteträger/in sind, übernehmen wir gerne **Service und Wartung** ihres Hörsystems bzw. **optimieren die Programmierung** mit unserem regional einzigartigen Natural-Fitting-Anpasskonzept.

Testen Sie uns – ohne Risiko – und erhöhen damit Ihre **Fitness und Lebensqualität**.

5 Gute Gründe für ein Hörgerät

1. **Fördert das Selbstbewusstsein**
2. **Gibt mehr Sicherheit im Straßenverkehr**
3. **Senkt die mit Hörverlust verbundene Anspannung und Müdigkeit**
4. **Senkt das mit Schwerhörigkeit verbundene Demenzrisiko**
5. **Stärkt das Wohlbefinden in Gesellschaft**



Wir bieten:

- gratis Hörtest und Probetragen von Hörsystemen
- individuelle Hörergeräte in allen Preis- und Leistungsklassen
- exklusives Anpasskonzept – einzigartig in der Region
- individuellen Gehör- und Schwimmschutz
- barrierefreien Zugang und kostenlose Parkplätze

ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo-Fr 9 – 13 Uhr
14 – 18 Uhr

weitere Termine nach Vereinbarung





WIR BERATEN SIE GERNE!

HÖRSYSTEME

Müller

Das Leben klingt gut!

KOMPETENZ INHABERGEFÜHRT VOR ORT

Niederzierer Str. 88 | 52382 Niederzier | Tel. 02428 8031188 | info@hoersysteme-niederzier.de | www.hoersysteme-niederzier.de

7 SELBSTHILFE

Selbsthilfegruppen, Vereine und Gesprächskreise für Angehörige bieten die Möglichkeit, sich mit Menschen, die sich in ähnlichen Lebenssituationen befinden, auszutauschen. Dort werden eigene Erfahrungen weitergegeben, Informationen vermittelt und gemeinsam Antworten auf aktuelle Fragen gesucht.

Für viele Angehörige ist es hilfreich zu erkennen, dass auch andere Mitmenschen mit der Krankheit Demenz konfrontiert sind. Sie erfahren viel über das Krankheitsbild und die Möglichkeiten des Umgangs mit den Erkrankten. Einige Gruppen bieten während der Gesprächskreise die Betreuung des/der Erkrankten an. Gesprächskreise können unter therapeutischer/sozialpädagogischer Leitung stattfinden oder als reines Selbsthilfeangebot von Betroffenen für Betroffene.

Selbsthilfe für von Demenz Betroffene und ihre Angehörigen

Im Umgang mit der Demenzerkrankung treten viele neue Fragen auf.

- › Was ist zu tun?
- › Wie können wir die Herausforderung gut meistern?
- › Wie gehen andere mit der Krankheit um?

Im Austausch mit anderen, im Gespräch, findet man neue Ansätze und Wege, kann wieder geduldiger und gelassener sein.

Merkmale von Selbsthilfegruppen:

- › alle Mitglieder sind vom gleichen Thema betroffen
- › die Teilnahme ist freiwillig und kostenlos
- › alle Mitglieder sind gleichberechtigt und gleich verantwortlich
- › die Gruppe entscheidet selbstverantwortlich
- › es gilt „Schweigepflicht“ über die in der Gruppe besprochenen Details
- › es finden regelmäßige Treffen in neutralen Räumen statt
- › in der Gruppe sind meist 6–12 Teilnehmende

Mögliche Wirkfaktoren

von Gesprächsselbsthilfegruppen:

- › die Erfahrung, mit seinen Problemen nicht alleine zu sein
- › sich zugehörig und akzeptiert fühlen
- › die Möglichkeit, sich mitzuteilen und Verständnis zu erfahren
- › viele Informationen über das eigene Thema zu bekommen und zu hören, wie andere damit umgehen
- › Eigenverantwortung erkennen und übernehmen
- › selbstsicherer im Umgang mit dem eigenen Thema und mit anderen Menschen werden

Eine wesentliche Aufgabe hat die Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Düren. Sie gibt einen Überblick über die vielfältigen Selbsthilfegruppen in der Region.

Jeder, der Informationen, Beratung oder Unterstützung zum Thema Selbsthilfe haben möchte, kann sich an uns wenden.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle des Paritätischen im Kreis Düren

- › informiert über Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen
- › vermittelt in bestehende Selbsthilfegruppen
- › verweist ggf. auf andere Angebote
- › unterstützt bei der Neugründung einer Selbsthilfegruppe
- › berät Selbsthilfegruppen bei der Öffentlichkeitsarbeit, bei organisatorischen Fragen
- › kooperiert mit Fachleuten aus dem Gesundheits- und Sozialbereich
- › wirbt für den Selbsthilfegedanken in der Öffentlichkeit
- › organisiert Veranstaltungen

Selbsthilfe-Kontaktstelle im Kreis Düren

☎ 02421 489211

Grundlage unserer Arbeit ist die Überzeugung,

- › dass jeder Mensch das Wissen, die Kraft und das kreative Potential mitbringt, das ihn befähigt, eigenverantwortlich und selbstbestimmend mit schwierigen Lebens- oder Krankheitssituationen umzugehen.
- › dass dort, wo Menschen sich in Gruppen zusammenschließen, diese Kraft durch den Gruppenprozess entfaltet und gefördert wird.

„Es war schwer für mich, mir einzugestehen, chronisch krank zu sein.

Über die Selbsthilfe-Kontaktstelle habe ich zu einer Selbsthilfegruppe gefunden.

Ich bin heilfroh, dass ich den Schritt gewagt habe, allein hätte ich es nicht geschafft.“

Zitat Selbsthilfegruppenmitglied

Gesprächskreis für Angehörige

Ein Großteil der Menschen mit der Diagnose Demenz werden in ihrer häuslichen Umgebung von nahen Angehörigen gepflegt und betreut. Die Diagnose bringt nicht nur für die Betroffenen, sondern auch für die Angehörigen eine Vielzahl an Veränderungen mit sich. Bei fortschreitender Krankheit steht der pflegende und versorgende Aspekt vermehrt im Vordergrund. Dies ist sowohl für den Menschen mit einer Demenz als auch für den Angehörigen oftmals eine Herausforderung. Der Pflege- und Betreuungsalltag muss organisiert werden, Entscheidungen jetzt alleine getroffen werden, mit verändertem Verhalten muss umgegangen werden und häufig auch mit dem Unwillen des Menschen mit Demenz. Der Kontakt zu



www.selbsthilfe-dueren.de



www.caritasverband-dueren.de/senioren/demenzberatung/demenzberatung

Verwandten, Freunden und Bekannten wird oftmals weniger, weil sich diese zurückziehen oder die Zeit für die Kontaktpflege fehlt. Ebenso werden eigene Interessen und Hobbys zurückgestellt, was die soziale Isolation noch verstärkt. Der Austausch mit anderen pflegenden Angehörigen in einem Gesprächskreis kann eine große Unterstützung sein. Die Angehörigen erfahren Solidarität, Ermutigung und Anerkennung durch ebenfalls betroffene Menschen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden. Hier können Sie miteinander ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen, Informationen rund um die Pflege und Betreuung erhalten und weitergeben und damit neue Perspektiven gewinnen. **Eine wichtige Botschaft des Gesprächskreises ist: „Sie sind nicht allein.“**

8 NIEDRIGSCHWELIGE BETREUUNGSANGEBOTE

Angebote zur Unterstützung im Alltag

Jeder Mensch wünscht sich, ein möglichst selbstständiges Leben in vertrauter Umgebung zu führen. Um auch mit Einschränkungen im Alter selbstständig leben zu können, gibt es für pflegebedürftige Menschen und ihre pflegenden Angehörigen die Angebote zur Unterstützung im Alltag nach § 45a SGB XI. Diese Angebote haben das Ziel, die Selbstbestimmung und Selbstständigkeit der pflegebedürftigen Menschen im Alltag zu fördern und die Teilhabe am sozialen Leben zu ermöglichen. Menschen mit Pflegebedarf können die Angebote außerdem zur Entlastung ihrer Angehörigen nutzen. Die Pflegeversicherung stellt hierfür Gelder zur Verfügung, die den Angehörigen und den Pflegebedürftigen helfen sollen.

Entlastungsbetrag:

- › Monatlich 125 Euro (45b SGB XI)
- › Anspruch besteht ab Pflegegrad 1
- › Abzurechnen mit der Pflegekasse nach dem Rückerstattungsprinzip

Welche Leistungen kann man über den Entlastungsbetrag erhalten?

Erstattungsfähige Angebote zur Unterstützung im Alltag (§ 45a SGB XI) können sowohl im häuslichen Umfeld als auch außerhalb des häuslichen Umfelds stattfinden.

Die Angebote bieten:

- › **Betreuung und Begleitung für die pflegebedürftige Person:** in Gruppen oder alleine zum Beispiel durch Bewegungsübungen, Vorlesen, Erinnerungsübungen, Singen oder durch individuelle Hilfen wie Begleitung zu Veranstaltungen, Gespräche führen, gemeinsam zum Arzt fahren, gemeinsam Besorgungen erledigen
- › **Entlastung für pflegende Angehörige:** durch die Unterstützung bei der Organisation der Pflege, Hilfe beim Ausfüllen von Formularen, tröstenden Gesprächen, Information über weitere Hilfsangebote
- › **Unterstützung bei hauswirtschaftlichen Tätigkeiten:** wie zum Beispiel beim Einkaufen von Lebensmitteln, beim Waschen von Wäsche, bei der Reinigung der Wohnung, bei dem Ausführen des Hundes, bei der Blumenpflege

Wichtig: Mit dem Entlastungsbetrag können keine körperbezogenen Pflegemaßnahmen oder medizinische Hilfen abgerechnet werden

Wer kann die Leistungen anbieten?

Nachbarschaftshilfe

Unter der Nachbarschaftshilfe versteht man das Engagement von Einzelpersonen, die für pflegebedürftige Menschen mit besonderem persönlichem Bezug ehrenamtlich tätig werden. Diese Tätigkeit können Nachbarn und Nachbarinnen oder Bekannte der pflegebedürftigen Person übernehmen.

Minijobberinnen und Minijobber

Personen können ihre Leistungen im Rahmen einer direkten Anstellung bei einer pflegebedürftigen Person erbringen. Minijobberinnen und Mi-

nijobber benötigen dazu noch ein Beratungsgespräch mit einem Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz. Dieses Beratungsgespräch ist für Interessierte kostenlos. Die unterstützende Person benötigt einen kostenlosen Pflegekurs mit geringem Stundenumfang.

Dieses Geld wird Entlastungsbetrag genannt. Von diesem Geld können die pflegebedürftigen Menschen und ihre Angehörigen Angebote zur Unterstützung im Alltag finanzieren.



Gewerbliche Anbieterinnen und Anbieter

Angebote zur Unterstützung im Alltag, die nach dem hiesigen Landesrecht anerkannt sind. Wichtig: Die unterstützende Person darf nicht mit der pflegebedürftigen Person bis zum zweiten Grad verwandt oder verschwägert sein und nicht mit ihr in häuslicher Gemeinschaft zusammenleben.

Wo finde ich die Angebote der anerkannten gewerblichen Anbieter?

Die anerkannten Angebote der gewerblichen Anbieterinnen und Anbieter finden Pflegebedürftige und ihre Angehörigen entweder über die Pflegeberatung oder online im Angebotsfinder des Ministeriums für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes NRW:

 www.angebotsfinder.nrw.de

- › PLZ oder Ort eingeben
- › Passendes Angebot raussuchen
- › Kontakt zum Anbieter aufnehmen
- › Leistung erst mal privat bezahlen
- › Rechnung bei der Pflegekasse einreichen.

Gut zu wissen

Der Umwidmungsanspruch

Bei Vorliegen der Pflegegrade 2 bis 5 kann eine pflegebedürftige Person neben dem Entlastungsbetrag bis zu 40 Prozent der bewilligten und ungenutzten Pflegesachleistungen (§ 36 SGB XI) für Angebote zur Unterstützung im Alltag gebrauchen. Die Höhe des umgewidmeten Pflegesachleistungsbudgets hängt von dem bewilligten Pflegegrad ab.

Dieses Gesamtbudget aus Entlastungsbetrag und umgewidmeten Pflegesachleistungen kann für anerkannte Angebote zur Unterstützung im Alltag, die durch zugelassene Pflegeeinrichtungen (§ 72 SGB XI), gewerbliche Anbieter ohne Versorgungsvertrag und durch gemeinnützige Organisationen erbracht werden, einsetzen. Nachbarschaftshelfer und Einzelkräfte in einem unmittelbaren Beschäftigungsverhältnis (Minijobber) können den Umwidmungsanspruch nicht geltend machen.

Wenn Sie Fragen zum Entlastungsbetrag haben, wenden Sie sich gerne an Ihre Pflegeberatung oder an das Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz.



Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz

Das Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Aachen/Eifel ist eines von zwölf Service-Zentren in Nordrhein-Westfalen. Es setzt sich ein für die Entwicklung eines bestmöglichen Versorgungsnetzes für pflegebedürftige Menschen und deren Angehörigen im örtlichen Lebensumfeld. Das Regionalbüro bietet Selbstständigen, lokalen Initiativen, Ehrenamtlern und Nachbarschaftshelfern Beratung und Unterstützung an.

Das Angebot umfasst:

- › Fachliche Beratung und Begleitung von Anbietern, die Unterstützungs- und Betreuungsleistungen für Pflegebedürftige und pflegende Angehörige anbieten
- › Fortbildungsangebote für Selbständige, Nachbarschaftshelfer und andere ehrenamtlich tätigen Personen
- › Vernetzung von Menschen, die Unterstützung anbieten und Menschen, die Unterstützung suchen
- › Fachvorträge, Aktionen, Veranstaltungen zu den Themen Pflege, Alter und Demenz

Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz in Aisdorf

 02404 9032780
 alterpflege.aacheneifel@verbraucherzentrale.nrw

9 THERAPEUTISCHE ANGEBOTE

Informationen zu den nicht-medikamentösen Therapiemöglichkeiten wie Ergotherapie, Physiotherapie, Logopädie werden erläutert in dem Informationsblatt 6 der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e. V.

Informationen zu den medikamentösen Therapiemöglichkeiten werden erläutert in dem Informationsblatt 5 der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e. V.

10 HAUSWIRTSCHAFTLICHE DIENSTE

Im Rahmen der ambulanten Versorgung ist es allein mit Pflege nicht gesichert, dass ein Pflegebedürftiger in seiner häuslichen Umgebung ausreichend versorgt ist. Über das Sachleistungsbudget kann man auch hauswirtschaftliche Versorgung erbringen lassen. Anbieter hierfür sind zumeist ambulante Pflegedienste. Aber zunehmend gibt es auch private Anbieter, die ihrerseits dafür mit den Pflegekassen Verträge geschlossen haben.

Hauswirtschaftliche Leistungen beginnen beim Einkaufen, erstrecken sich über Begleitung zu Ärzten oder Behörden, Essenszubereitung, Reinigen und Pflegen der Wäsche bis hin zum Putzen der häuslichen Umgebung (inkl. Fenster putzen etc.). Alle diese Leistungen müssen aber individuell vereinbart werden, damit der Pflegebedürftige seine Wünsche mit evt. Besonderheiten äußern kann, und damit die Hauswirtschaftskraft auch genau weiß, was sie erledigen soll.

Solche hauswirtschaftlichen Leistungen bietet in Jülich zum Beispiel die Alten- und Familienhilfe des Christlichen Sozialwerk Jülich e. V. an.



1 www.alterpflege-demenz-nrw.de/die-landesinitiative/

Allgemeine Informationen zu den Regionalbüros



2 www.alterpflege-demenz-nrw.de/regionalbueros/region-aachen-eifel/



3 www.deutsche-alzheimer.de

Infoblatt 6: Nicht-Medikamentöse Behandlung von Demenzerkrankungen



4 www.deutsche-alzheimer.de

Infoblatt 5: Medikamentöse Behandlung von Demenzerkrankungen



5 www.sozialwerk-juelich.de/alten-und-familienhilfe/

Alten- und Familienhilfe Christliches Sozialwerk Jülich

11 AMBULANTE PFLEGEDIENSTE

Der ambulante Pflegedienst unterstützt und berät den Pflegebedürftigen/die Pflegebedürftige und ihre Angehörigen bei der Pflege und Betreuung in der häuslichen Umgebung.

Zunächst wird eine Bedarfsermittlung gemacht zu Hause im Beisein des Pflegebedürftigen/der Pflegebedürftigen und des/der Angehörigen. Dieses Erstgespräch kann auch schon vor der häuslichen Versorgung im Krankenhaus stattfinden in Kontakt mit der familialen Pflege oder dem sozialen Dienst. Dabei wird genau besprochen was gewünscht wird, was geleistet werden kann, zu welcher Zeit, in welchem Umfang und mit dieser Bedarfsermittlung wird ein Kostenvoranschlag vor dem Pflegestart gemacht. Zu Pflegebeginn wird auf Grundlage des Erstgesprächs und des Kostenvoranschlags auch ein Pflegevertrag erstellt. Diese Auflage wird von den Kassen gefordert. Vertrag, Leistung und Abrechnung müssen übereinstimmen.

Die ambulante Pflege macht in der Häuslichkeit eine umfassende Beratung über Wohnungsanpassungsmaßnahmen und Hilfsmittel, die es erst ermöglichen, die Pflegeversorgung in den eigenen Räumen stattfinden zu lassen. Gegenstand der Beratung ist es, ein sicheres Pflegeumfeld zu schaffen und die Stolperfallen oder gesundheitsbeeinträchtigende Faktoren auszuschließen.

Pflegende Angehörige können durch die Organisation der Pflege und Betreuung unter Zuhilfenahme eines Pflegedienstes zum Beispiel auch Beruf, Pflege und Privatleben besser miteinander vereinbaren.

12 TAGES- UND NACHTPFLEGE

Die Tagespflege als teilstationäre Pflege ermöglicht es dem Pflegebedürftigen, den Tag in sozialer Gemeinschaft und einer wohnlichen Umgebung zu verbringen. Die Tagesstrukturierung der Einrichtung gibt demenziell Erkrankten Orientierung. Zudem werden pflegende Angehörige wirksam entlastet, insbesondere, wenn sie berufstätig sind.

FINANZIERUNG UND SOZIALLEISTUNGEN

Leistungen der Hilfe zur Pflege können Pflegebedürftige erhalten, die entweder

- › nicht pflegeversichert sind oder
- › Leistungen der Pflegeversicherung nicht erhalten, weil ihr Pflegebedarf nicht dauerhaft vorhanden ist
- › oder die Leistungen der Pflegekasse nicht den tatsächlichen pflegerischen Bedarf decken.

Mit dem Pflegestärkungsgesetz III ist der neue Pflegebedürftigkeitsbegriff sowie die daraus resultierenden neuen Pflegegrade 1–5 auch in das Leistungsrecht des Sozialhilfeträgers übernommen worden. Eine Veränderung der Grundprinzipien der Sozialhilfe hat dabei nicht stattgefunden. Die (aufstockende) Leistung des Sozialhilfeträgers hängt weiterhin von den Einkommens- und Vermögensverhältnissen der pflegebedürftigen Person ab. Es gilt der Nachranggrundsatz ebenso wie der Grundsatz „ambulant vor stationär“. Auch weiterhin muss vor Inanspruchnahme von Sozialhilfemitteln das volle eigene Einkommen, sowie das Vermögen – bis zu einer Freigrenze von 5.000 Euro je volljährige Person der Bedarfsgemeinschaft – vorrangig eingesetzt werden. Auch unterhaltspflichtige Angehörige werden hinsichtlich ihrer Leistungsfähigkeit überprüft.

Ermittlung des Grades der Pflegebedürftigkeit

Modul 1	Mobilität
Modul 2	Kognitive und kommunikative Fähigkeiten
Modul 3	Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
Modul 4	Selbstversorgung
Modul 5	Bewältigung von und selbstständiger Umgang mit krankheits-/therapiebedingten Anforderungen und Belastungen
Modul 6	Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte
Modul 7	Außerhäusliche Aktivitäten
Modul 8	Haushaltsführung

Die Einrichtung organisiert den Transportdienst, der den Tagespflegegast morgens zu Hause abholt und abends zurückbringt, übernimmt die während der Anwesenheitszeit erforderlichen Pflegeleistungen und stellt die Versorgung mit Essen und Getränken sicher. Dabei werden Verhalten des Pflegebedürftigen, aktueller Gesundheitszustand, Nahrungsaufnahme, Trinkmenge und Ausscheidung fachlich beobachtet. Ruheräume nach dem jeweiligen Bedürfnis stehen zur Verfügung.

Außerdem gibt es eine Vielzahl von Aktivierungs- und Beschäftigungsangeboten einzeln oder in Gruppen, die individuell auf der Basis von Biografie, Neigungen und vorhandenen Ressourcen zusammengestellt werden. Dies sind Angebote, es gibt keine Verpflichtung zur Teilnahme. Tagespflege wird entweder von eigenständigen Tagespflegeeinrichtungen angeboten oder auch angegliedert an Pflegeheime.

Die Nachtpflege wird noch wenig angeboten- generell aber von denselben Einrichtungen wie die Tagespflege. Sie beinhaltet die nächtliche Betreuung und Pflege, zum Beispiel die nächtliche Begleitung beim Toiletten-

gang oder die Pflegebedürftigen werden so erforderlich nachts frisch gemacht oder gelagert, falls sie es selbst nicht mehr können, aber vielleicht schon Druckgeschwüre haben oder dazu neigen. Auch bei nächtlicher Unruhe bekommen die Pflegebedürftigen dort entsprechende Betreuung durch geschultes Personal.

Seit 2015 steht jeder Person, die in einen Pflegegrad eingruppiert ist, noch einmal derselbe Sachleistungsbetrag für die Tages- und Nachtpflege zu, den er auch für die ambulante Pflege in Anspruch nehmen kann. Das gilt auch für die Pflegestufe 0.

13 STATIONÄRE- UND KURZZEITPFLEGE 1

Stationäre Pflege und Vollstationäre Pflege

Die meisten älteren, kranken und pflegebedürftigen Menschen wünschen sich, so lange es möglich ist, Zuhause in ihrer vertrauten Umgebung zu bleiben. Wenn aufgrund gesundheitlicher, körperlicher und geistiger Einschränkung, z.B. einer Demenz, die Pflege und Betreuung in der häuslichen Umgebung nicht mehr möglich ist, steht ein Umzug in eine



1 www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/pflege/online-ratgeber-pflege

Hauptleistungen ab 01.01.2017 im Überblick (ab 01.01.2022 Erhöhung der Beträge)

Leistung	Pflegegrad 1	Pflegegrad 2	Pflegegrad 3	Pflegegrad 4	Pflegegrad 5
Pflegesachleistung (§ 36 SGB XI) (Pflegesachleistung Erhöhung um 5%)		689,00 € 724,00 €	1.298,00 € 1.363,00 €	1.612,00 € 1.693,00 €	1.995,00 € 2.095,00 €
Pflegegeld (§ 37 SGB XI)		316,00 €	545,00 €	728,00 €	901,00 €
Leistungen (TP/NP) (§ 41 SGB XI)	pro Monat	689,00 €	1.298,00 €	1.612,00 €	1.995,00 €
Leistungen (Betreuung-Entlastung; § 45b SGB XI)		125,00 €	125,00 €	125,00 €	125,00 €
Verhinderungspflege (§ 39 SGB XI)		1.612,00 €	1.612,00 €	1.612,00 €	1.612,00 €
Kurzzeitpflege (§ 42 SGB XI) (Kurzzeitpflege Erhöhung um 10%)		1.612,00 € 1.774,00 €	1.612,00 € 1.774,00 €	1.612,00 € 1.774,00 €	1.612,00 € 1.774,00 €
Vollstationäre Pflege (§ 43 SGB XI)	125,00 €	770,00 €	1.262,00 €	1.775,00 €	2.005,00 €



www.deutsche-alzheimer.de
Infoblatt 8: Pflegeversicherung

Soziale Dienste und Einrichtungen

Haben Sie ein Pflegeproblem, Fragen, weitergehende Wünsche?
Es gibt immer eine **Alternative...**

AP Alternative GmbH
Ambulanter Pflegedienst

02421 4081510



Stürtzstraße 21a · 52349 Düren
Tel.: 02421 4081510
Fax: 02421 4081511
info@ap-alternative.de

Montag – Freitag: 09 – 17 Uhr

Informationsstelle
Düsseldorfer Straße 16
52428 Jülich
Tel.: 02461 58002
Termine nach Vereinbarung

Pflege · Betreuung · Beratung

Ihr Pflegeteam mit Wissen, Können, Engagement

Umfassende Pflege von
A – lternativ bis
Z – weckmäßig!



www.ap-alternative.de

ST. ELISABETH

AMBULANTER PFLLEGEDIENST

MENSCHLICH · KOMPETENT · VORORT

Schweizerstraße 15 · 52428 Jülich · Tel. 02461 3403464

UNSERE LEISTUNGEN

- Grund- und Behandlungspflege
- Versorgung chronischer Wunden
- Betreuungsangebote
- Palliativ-pflegerische Betreuung
- Überleitungspflege
- 24 Std. Rufbereitschaft
- Tagespflege in Boslar und Jülich
- Pflegeberatung
- Hauswirtschaftliche Versorgung

inkl.
Fahrdienst

Kostenübernahme
durch
Pflegekasse

mo - fr
8 - 17 Uhr



Eine Freude hier zu sein.



Gönnen Sie sich eine Auszeit

Linnicher Str. 11 - 52428 Jülich

Tel.: 0 24 62 - 20 25 19

www.pflege-lebensfreude.de

Gutschein
für 3
kostenlose
Schnuppertage

vollstationäre Einrichtung, also einem Alten- und Pflegezentrum, bevor. Dies bedeutet für den neuen Bewohner und dessen Angehörigen eine große Umstellung. Die vertraute, selbstgestaltete häusliche Umgebung fällt genauso weg, wie die bekannten Menschen, Geräusche und Gerüche. Der Bewohner muss sich an neue Abläufe und neue Gesichter gewöhnen, und die Angehörigen haben einige Formalitäten zu regeln.

Die Pflegeversicherung gewährt Leistungen für die vollstationäre Pflege, wenn die Möglichkeiten der häuslichen Pflege (z. B. die Inanspruchnahme eines ambulanten Pflegedienstes) und die teilstationäre Pflege (z. B. der Besuch der Tagespflege) nicht mehr ausreichen. Bei dem Pflegegrad 1 kann die Pflegekasse den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) bzw. einen unabhängigen Gutachter prüfen lassen, ob die Notwendigkeit eines vollstationären Aufenthaltes gegeben ist. Bei den Pflegegraden 2 bis 5 setzt die Pflegekasse den Bedarf voraus. Die Pflegekasse zahlt dem Seniorenheim für den pflegebedingten Aufwand und die soziale Betreuung einen pauschalen Sachleistungsbetrag, den sogenannten Pflegesatz. Dieser entspricht der jeweiligen Pflegestufe des Bewohners.

Pflegebedingte Kosten, die über den Pauschalbetrag hinausgehen, sowie die Kosten für Unterbringung und Verpflegung, Investitionskosten oder auch individuelle Leistungen müssen selber geleistet werden. Viele Bewohner haben nicht die finanziellen Mittel diese Kosten zu tragen bzw. auf Dauer zu tragen. Hier besteht die Möglichkeit, unter bestimmten Voraussetzungen, einen Antrag auf Wohngeld zu stellen, soweit der Bewohner mindestens den Pflegegrad 1 hat.

Darüber hinaus kann ein Antrag auf „Übernahme der ungedeckten Pflegekosten“ beim zuständigen Sozialamt gestellt werden. Auch hier sind die Einkommens- und Vermögensverhältnisse für die Gewährung der Leistung entscheidend. Die Ansprechpartner in den Alten- und Pflegeheimen stehen Ihnen mit Informationen hilfreich zur Seite.

Kurzzeitpflege

Nach einem Krankenhausaufenthalt oder in einer Krisensituation, wenn z. B. die Pflegeperson gesundheitlich verhindert ist, kann es notwendig werden, vorübergehend eine vollstationäre Einrichtung, also ein Alten- und Pflegeheim, in Anspruch zu nehmen.

Die Leistung der Pflegeversicherung für die Kurzzeitpflege steht unabhängig von der Einstufung allen Pflegebedürftigen mit Pflegegrad 2 bis 5 in gleicher Höhe zur Verfügung. Die Höhe der Leistung beträgt bis zu 1.612 Euro im Jahr, für bis zu acht Wochen pro Kalenderjahr.

Personen mit dem Pflegegrad 1 können den Entlastungsbetrag in Höhe von 125 Euro pro Monat einsetzen, um Leistungen der Kurzzeitpflege in Anspruch

zu nehmen. Im Kalenderjahr noch nicht in Anspruch genommene Mittel der Verhinderungspflege können auch für Leistungen der Kurzzeitpflege eingesetzt werden. Dadurch kann der Leistungsbetrag der Kurzzeitpflege auf insgesamt bis zu 3.224 Euro im Kalenderjahr erhöht, also maximal verdoppelt werden. Der für die Kurzzeitpflege in Anspruch genommene Erhöhungsbetrag wird auf den Leistungsbetrag für eine Verhinderungspflege angerechnet.

Verhinderungspflege

Wird die Verhinderungspflege von Personen sichergestellt, die nicht mit der pflegebedürftigen Person bis zum zweiten Grade verwandt oder verschwägert sind und nicht mit der pflegebedürftigen Person in häuslicher Gemeinschaft leben, beläuft sich die Leistung auf bis zu 1.612 Euro je Kalenderjahr.

Wird die Ersatzpflege durch nahe Angehörige oder Personen, die mit der pflegebedürftigen Person in häuslicher Gemeinschaft leben, nicht erwerbsmäßig sichergestellt, dürfen die Aufwendungen der Pflegekasse grundsätzlich den 1,5-fachen Betrag des Pflegegeldes des festgestellten Pflegegrades nicht überschreiten. Wenn in diesem Fall notwendige Aufwendungen der Ersatz-Pflegeperson (zum Beispiel Fahrkosten oder Verdienstausschlag) nachgewiesen werden, kann die Leistung auf bis zu insgesamt 1.612 Euro aufgestockt werden. Insgesamt dürfen die Aufwendungen der Pflegekasse den Betrag von 1.612 Euro nicht übersteigen.

14 PRÄVENTIVMASSNAHMEN

„24 Stunden-Pflege“ in der eigenen Häuslichkeit

Wenn Menschen mit einem erheblichen Pflege- und Betreuungsbedarf oder einer Demenzerkrankung weiterhin in ihrem Zuhause leben möchten, brauchen sie eine fachgerechte und persönliche Versorgung. Eine Lösung können mitwohnende Hilfskräfte sein, die häufig aus Polen und anderen osteuropäischen Ländern kommen. Der Einsatz der Kräfte findet meistens für 2–3 Monate und dann im Wechsel statt. Dabei handelt es sich um Betreuungskräfte und in der Regel nicht um ausgebildete Pflegekräfte. Der Begriff 24 Stunden-Pflege bedeutet jedoch nicht, wie der Name irrtümlich vermitteln kann, dass die Kraft Rund-um-die-Uhr arbeitet. Auch hier gelten die Bedingungen des Arbeitszeitgesetzes. Der Begriff umschreibt symbolhaft die Nähe und Verfügbarkeit der häuslichen Kraft.

In Jülich berät zum Angebot der „24-Stunden-Pflege“ der Caritasverband Düren-Jülich e. V. und vermittelt auch solche Betreuungskräfte.

☎ 0800 4532645



1 Informationen zur „24-Stunden-Pflege“ beim Caritasverband Düren-Jülich e.V.

Soziale Dienste und Einrichtungen

Aus Liebe zum Leben



Sicherheit auf Knopfdruck. Durch den Hausnotruf der Johanniter.

**Kontaktloser
Anschluss möglich!
Wir beraten Sie gerne:**

Die Johanniter
in der Region Aachen-Düren-Heinsberg
Willi-Bleicher-Straße 37, 52353 Düren
T. +49 2421 9947472
E-Mail sozdie.dueren@johanniter.de

www.johanniter.de/hausnotruf



JOHANNITER

**DRK
Kreisverband
Jülich e.V.**

**Deutsches
Rotes
Kreuz**



Rundum begleitet

- Hausnotruf
- Fahrdienst
- Kleiderspende
- Erste-Hilfe-Ausbildung
- Jugendrotkreuz
- Integrationshilfe in Kita und Schule
- Kindertages-einrichtungen
- Katastrophenschutz
- Sanitätswachdienst
- Rettungsdienst

Tel. 02461 3436-0 | info@drk-juelich.de
www.drk-juelich.de



"Wir kümmern uns nicht nur um die Jüngsten und Kleinsten, sondern auch um die Älteren und Betagten."

AWO Jülich

Marie-Juchacz-Weg 2 | 52428 Jülich
Tel. 02461 55294
E-Mail: awo@awo-juelich.de

Kita Pustebblume

Geldener Strasse 10 | 52428 Jülich
Tel. 02461 8487
pustebblume@awo-dn.de

www.awo-juelich.de

15 MEDIZINISCHE VORSORGE- UND REHABILITATIONSMASSNAHMEN FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Pflegende erbringen eine wertzuschätzende Leistung in der Versorgung von Angehörigen in der Häuslichkeit. Die Pflege ist nicht nur eine große Belastung, die viel Zeit in Anspruch nimmt, sondern ist auch eine seelische und körperliche Anstrengung und Belastung. Erschöpfung, Unruhe, Schlafstörungen, Rücken- und Kopfschmerzen, Einsamkeit und soziale Isolation sind einige Symptome, die bei Pflegenden auftreten können, wenn die Belastungsgrenze erreicht ist. Eine medizinische Vorsorgemaßnahme (früher Kur), soll Krankheiten vermeiden die medizinische Rehabilitationsmaßnahme (Reha) soll bereits vorhandene Krankheiten heilen oder mindern.

Die Kurberatung und -vermittlung berät, unterstützt und begleitet bei Beantragung einer stationären Kur.

Voraussetzungen für eine Kur auf die ein gesetzlicher Anspruch besteht:

- › Sie sind länger als 6 Monate pflegende Angehörige oder pflegender Angehöriger.
- › Der MDK (Medizinische Dienst der Krankenversicherung) hat die Pflegebedürftigkeit Ihres Angehörigen offiziell festgestellt.
- › Ihr behandelnder Arzt oder Ihre Ärztin bestätigt mit einer Verordnung (Kuranspruch nach §§ 23 bzw. 40 SGB V), dass eine stationäre Vorsorgemaßnahme oder Rehabilitation notwendig ist.
- › Sie sind gesetzlich krankenversichert. Bei privaten Anbietern muss im Versicherungsvertrag geprüft werden, ob eine solche Kur abgedeckt ist.

Kontaktdaten:

Caritasverband Düren-Jülich e.V.

Informationsblatt 23: Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen für pflegende Angehörige und Menschen mit Demenz

bisherige Lebensrhythmus. Eine zeitnahe Diagnostik, Therapie sowie schnellstmögliche Genesung stehen während des Aufenthaltes im Vordergrund. Die Demenz selbst wird nicht therapiert, erschwert jedoch oftmals den Genesungsprozess der Betroffenen, da diese mit der Situation überfordert sind, bspw., wenn plötzlich eine Bettruhe eingehalten werden muss. Diese Patienten benötigen gefestigte Strukturen – plötzlich sind diese nicht mehr vorhanden, aufgrund der kognitiven Einschränkung sind die Patienten überfordert und reagieren häufig mit Verwirrtheit, Ängsten oder Aggressivität.

Wie können Pflegende, Ärzte und Angehörige den Aufenthalt von demenziell veränderten Patienten im Akutkrankenhaus so angenehm wie möglich gestalten?

Verschiedene Einrichtungen des Gesundheitswesens aus dem Kreis Düren haben ein gemeinsames Konzept erstellt, dass von den jeweiligen Einrichtungen individuell, unter Berücksichtigung der Rahmenbedingungen, umgesetzt wird. Die Katholischen Nordkreis Kliniken Linnich und Jülich GmbH nutzen hierbei gemeinsame Synergien. Im Linnicher Krankenhaus gibt es eine Demenzstation mit 18 Betten und entsprechender fachlicher Bereuung. Im Jülicher Krankenhaus werden Patienten mit Demenz auch im Fachbereich Geriatrie betreut, da die Altersmedizin auf einem ganzheitlichen Therapiekonzept basiert. Die Behandlung der demenziell veränderten Patienten erfolgt in beiden Einrichtungen unter Beteiligung speziell qualifizierter Pflegefachkräfte, Ärzte, Physio-, Logo-, Ergotherapeuten sowie dem Sozialdienst und der Ernährungsberatung. Diese Berufsgruppen ergänzen sich, die interdisziplinäre Zusammenarbeit in Bezug auf Diagnostik und Therapie, bis hin zum Genesungsprozess, ist ein wesentlicher Bestandteil der Demenzstation und auch der Fachabteilung Geriatrie.

1

Nicht jeder demenziell veränderte Patient wird stationär in der Geriatrie oder Demenzstation aufgenommen, daher ist es wichtig, dass Mitarbeiter regelmäßig im Bereich der basalen Stimulation, Validation sowie Kinästhetik geschult werden.

2



1 Informationen zur Kurberatung beim Caritasverband Düren-Jülich e.V.



2 www.deutsche-alzheimer.de

16 MENSCHEN MIT DEMENZ IM AKUTKRANKENHAUS

Aufgrund einer akuten Erkrankung ergibt sich unter Umständen für demenziell veränderte Menschen ein stationärer Aufenthalt im Krankenhaus.

Je nach Schweregrad der Demenz und Krankheit verändert sich für demente Menschen plötzlich der



Krankenhäuser



St. Elisabeth

KRANKENHAUS JÜLICH



St. Josef

KRANKENHAUS LINNICH

KATHOLISCHE NORD-KREIS KLINIKEN LINNICH UND JÜLICH

Ihre Krankenhäuser der Region

www.krankenhaus-juelich.de · www.krankenhaus-linnich.de

Apotheken



post apotheke



BESSER BERATEN
PFLEGESCHWERPUNKT®
APOTHEKE

Ihr Lotse in der Pflege

DIE PFLEGESCHWERPUNKT APOTHEKE® IHR LOTSE IN DER PFLEGE!

Und plötzlich passiert es – ein Pflegefall! Gerne hilft Ihnen Ihre Pflegeschwerpunkt Apotheke® mit kompetenter Beratung

Es kann jeden treffen! Völlig unerwartet kann ein Angehöriger von einem Tag auf den anderen pflegebedürftig werden. Dieser Umstand stellt so ziemlich jeden Angehörigen vor ungeahnte Herausforderungen. Viele Fragen müssen nun geklärt werden und das am besten so schnell wie möglich. Wo finde ich kompetente Beratung, was steht mir als Angehöriger, bzw. dem

Betroffenen an Hilfeleistungen zu? Wo kann ich diese beantragen? Viele Fragen und noch mehr Wege, die ein Angehöriger in aller Regel alleine bewältigen muss und so oft zu einer extremen Überforderung führt.

Hier hilft Ihnen ab sofort Ihre Pflegeschwerpunkt Apotheke® - Post-Apotheke Jülich!

Gerne wenden Sie sich für alle Ihre Fragen jederzeit vertrauensvoll an Ihr Team der Post-Apotheke – Ihrer Pflegeschwerpunkt Apotheke® in Jülich. Wir freuen uns auf Sie! ☎ 02461 8868

Schlossplatz



Apotheke

Gute Gesundheit

www.schlossplatz-apotheke.de

Bei allen Fragen zum Thema Gesundheit helfen wir Ihnen gerne weiter und informieren Sie über schulmedizinische und alternative Möglichkeiten. Wir freuen uns über Ihren Besuch.

Homöopathie • kostenlose Kundenparkplätze • Zustelldienst

Römerstraße 7 | 52428 Jülich
Telefon: (0 24 61) 5 04 15
info@schlossplatzapotheke.de



Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 8.00 - 18.30 Uhr • Sa. 8.00 - 13.00 Uhr

© Kadmy - Fotolia.com

Beide Einrichtungen besitzen Pflegekräfte mit Weiterbildungen zum Demenzexperten, Palliativ Care oder der geriatrischen Weiterbildung.

Eine wichtige Rolle übernehmen das Aufnahme – und Entlass-Management. Schon bei Aufnahme der Patienten wird eine ausführliche Pflegeanamnese erstellt, es besteht die Möglichkeit zur Erhebung eines Demenzbogens, welcher gewisse Fragen zu Ritualen und Lebensgewohnheiten beinhaltet. Desto mehr Informationen das Pflegepersonal erhält, desto besser kann es sich auf die Patienten einstellen. Gerade Sie als Angehöriger oder Betreuer können bei der Informationssammlung unterstützen! (Am Ende dieser Broschüre finden Sie unter „Nützliche Hinweise und Anregungen“ einen Internetlink zu einem Patienteninformationsbogen, den Sie zur Vorbereitung auf einen Krankenhausaufenthalt nutzen können.) Von Vorteil ist es, die Diagnostik möglichst zügig durchzuführen und die Verweildauer nicht auszudehnen, denn je länger demenziell veränderte Menschen im Krankenhaus verweilen, desto verunsicherter fühlen sie sich. In besonderen Fällen besteht die Möglichkeit für Angehörige, nachts als Begleitperson bei den Patienten zu verweilen. Auch können Angehörige die betroffenen Patienten bis zum Eingangsbereich des OP Saales begleiten, mit einer vertrauten Person fühlt sich der Betroffene wohler.

Eine vertraute Umgebung, wie zu Hause oder in einer Senioreneinrichtung, kann im Krankenhaus während des stationären Aufenthaltes nicht geschaffen werden, jedoch besteht die Möglichkeit, persönliche Gegenstände, bspw. Kuscheltier, Bilder, Kopfkissen oder Decke mitzubringen, da dies häufig eine beruhigende Wirkung auf die betroffenen Patienten ausübt.

Das St. Elisabeth Krankenhaus in Jülich verfügt über ein Beschäftigungszimmer für demenziell veränderte Patientinnen und Patienten, welches ähnlich einem Wohnzimmer eingerichtet ist. Im St. Josef Krankenhaus in Linnich ist das Beschäftigungszimmer in der Demenzstation integriert. Hier können Angehörige und ehrenamtliche Kräfte stundenweise demenziell veränderte Patienten beschäftigen. Im Rahmen der Mahlzeiten kann zusätzlich ein Demenz-Menü bzw. Fingerfood ausgewählt werden. Hilfsmittel zur kognitiven Orientierung/Unterstützung, auch Aroma – und Beschäftigungstherapie sowie Snoozeln tragen zum Wohlbefinden der Patienten bei.

Empathie, Respekt und Wertschätzung im Umgang mit Patienten ist für alle im Krankenhaus Beteiligten selbstverständlich. Die Mitarbeiter des Sozialdienstes im Krankenhaus beraten Angehörige zur Entlassung und weiteren Versorgung im häuslichen Umfeld. Sie unterstützen die Angehörigen auch bei verwaltungstechnischen Angelegenheiten sowie bei Kur- und Reha-Anträgen.

Die Pflegeberatungen der Familialen Pflege im St. Elisabeth Krankenhaus in Jülich sowie im St. Josef Krankenhaus in Linnich stehen kostenlos beratend zur Verfügung, wenn ein Pflegegrad besteht oder beantragt ist. Nach der Entlassung besteht über einen Zeitraum von bis zu sechs Wochen die Möglichkeit, die Pflegeberatung in das häusliche Umfeld zwecks Fragen oder Pflegetrainings einzubinden. In regelmäßigen Abständen bietet die Familiäre Pflege am jeweiligen Standort an drei Abenden Kurse für pflegende Angehörige an – diese sind kostenlos und können von jedem Angehörigen in Anspruch genommen werden, auch wenn kein stationärer Aufenthalt vorliegt. Weitere Angebote zu Demenzkursen werden zusätzlich angeboten.

Informationen zu den Angeboten der Katholischen Nordkreis Kliniken Linnich und Jülich GmbH.

Kontakt Familiäre Pflege

**Kontakt Familiäre Pflege
im Krankenhaus Jülich**
Telefon: 02461 6205740

17 BEGLEITUNG IN DER LETZTEN LEBENSPHASE

Generell nimmt der Bedarf an palliativer und hospizlicher Begleitung für alte Menschen, und hier vor allem alten Menschen mit chronischen Erkrankungen wie Demenzen, zu. Besonderes Augenmerk gilt hier den Pflegeheimen als häufige Sterbeorte von Menschen mit Demenz. Mindestens jeder Fünfte stirbt in Einrichtungen der Altenhilfe, und die Tendenz, im Pflegeheim zu sterben, nimmt stetig zu. Menschen mit schwerer Demenz sind in der letzten Lebensphase nahezu vollkommen von den Personen in ihrer Umgebung abhängig und auf pflegerische Unterstützung angewiesen. In den meisten Fällen sind sie aufgrund ihrer kognitiven und kommunikativen Einschränkungen nicht mehr in der Lage, ihre Bedürfnisse und Wünsche verbal mitzuteilen. Wann aber beginnt die letzte Lebensphase bei Menschen mit Demenz? Wann im engeren Sinne ihre Sterbephase? Und wie sieht sie aus? Die Schwierigkeit, diese Fragen beantworten zu können, führt in der Regel dazu, sie sich erst gar nicht oder erst sehr spät im Krankheitsverlauf zu stellen. Im Versorgungsalltag bedeutet dies, dass Pflegenden häufig in der letzten Lebensphase von Menschen mit Demenz vor Entscheidungen stehen, für die keine Vorbereitung getroffen worden ist.

Symptome in der letzten Lebensphase: In der letzten Lebensphase zeigt sich eine komplexe und ansteigende Symptomlast häufig verbunden mit



1 www.krankenhaus-juelich.de



2 www.krankenhaus-linnich.de



2 www.krankenhaus-juelich.de/index.php?id=2023

klinischen Komplikationen. In den weitfortgeschrittenen Stadien der Demenz ist diese Situation vergleichbar mit der von tumorkranken Patienten. Häufige Symptome sind: Schmerzen, Atemnot, Pneumonie, Auftreten von Druckgeschwüren, Inkontinenz, Fieberepisoden, Ernährungsprobleme, Schluckbeschwerden, zunehmende Verwirrtheit, Orientierungslosigkeit, Angstzustände und Unruhe.

Beteiligten – Gedanken über die in diesen Fällen einzuleitenden Maßnahmen zu machen und sie schriftlich festzulegen. Gerade im weit fortgeschrittenen Stadium einer Demenz muss deshalb sehr kritisch der Nutzen gegen die zahlreichen Risiken eines Krankenhausaufenthaltes abgewogen werden. Sinnvoller sind sicherlich die frühzeitige Einbindung aufsuchender Dienste wie die des engagierten Haus- oder Facharztes, hospizlicher Helferkreise möglicherweise in Kooperation mit einem gerontopsychiatrischen Zentrum und/oder eines Teams der spezialisierten ambulanten Palliativversorgung.

Die zunehmende Bereitschaft, über das Sterben offen zu sprechen und eine hospizlich-palliative Perspektive auf die Demenz einzunehmen, hat dazu geführt, sich schon weit vor Beginn der letzten Lebensphase damit auseinanderzusetzen, was denn bei ihrem Eintreten geschehen soll. Folgerichtig rückt eine vorausschauende Planung der Versorgung – englisch: advance care planning (ACP) – immer mehr in den Fokus. Das ACP ist ein Prozess bestehend

aus Besprechung und Dokumentation von Vorstellungen, Präferenzen und Wünschen für die eigene Pflege und Behandlung in der Zukunft für den Fall, dass die Person selber nicht mehr in der Lage Entscheidungen zu treffen/sich zu äußern. Vorausverfügte Willensäußerungen zum Beispiel in einer Patientenverfügung sind bei diesem Prozess hilfreich.

Für Krisensituationen ist angeraten, wichtige Informationen über den Patienten vorzuhalten. Dies kann in Form eines Palliativkrisenbogens geschehen, der zum Beispiel in schnell verfügbarer Form dessen Wünsche bezüglich Krankenseinweisung, Wiederbelebung, intensivmedizinischen Maßnahmen, Antibiotikagabe sowie die Kernaussagen der Patientenverfügung Notfälle betreffend dokumentiert.

Zusätzliche Informationen zum Thema „Demenz und Schmerz“

1

Hospizdienste, Hospizzentren/ Stationäre Hospize, Palliativmedizinische und -pflegerische Versorgung

Im Mittelpunkt der Hospiz- und Palliativarbeit stehen der schwerstkranken und sterbende Mensch jeden Alters und die ihm Nahestehenden. Sie benötigen gleichermaßen Aufmerksamkeit, Fürsorge und Wahrhaftigkeit. Die Hospiz- und Palliativarbeit richtet sich nach den Bedürfnissen und Rechten der schwerstkranken und sterbenden Menschen, ihrer Angehörigen und Freunde. Das menschliche Leben wird von seinem Beginn bis zu seinem Tode als ein

Mit abnehmender Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme stellt sich in der Begleitung von Menschen mit Demenz oft die Frage nach der Anlage einer Ernährungssonde. Ess- und Trinkprobleme können vielfältige Ursachen haben. Neben den fortschreitenden Einschränkungen in der Beweglichkeit können Schmerzen, Affektionen des Mundraumes, der Speiseröhre oder des Magens, unerwünschte Wirkungen von Medikamenten, unzureichende Anreicherung und Darbietung des Essens oder störende Umgebungsbedingungen ursächlich sein. Die Entscheidungsfindung für oder gegen eine Sondenanlage stellt eine ethische und rechtliche Herausforderung dar, die nur gemeinsam mit allen Beteiligten auf der Grundlage des mutmaßlichen Willens des Betroffenen getroffen werden kann. Im Endstadium einer Demenzerkrankung ist der Nutzen einer Sondenanlage nicht erwiesen.

Eines der häufigsten Symptome in der letzten Lebensphase können Schmerzen sein. Trotzdem erfolgen die Schmerzerkennung und die Schmerzbehandlung oftmals nur unzureichend. Mittlerweile liegen Beobachtungsbögen zur Einschätzung von Schmerzen bei Menschen mit Demenz vor.

Reicht die Behandlungsmöglichkeit im häuslichen Rahmen bzw. in der stationären Altenhilfe nicht aus, so stellt sich regelmäßig die Frage nach einer Krankenseinweisung. Insbesondere in krisenhaften Situationen, in denen der den Patienten meist nicht kennende ärztliche Notdienst gerufen wird, scheint oft eine andere Lösung kaum denkbar. So ist es ratsam und sinnvoll, sich im Vorfeld – gemeinsam mit allen

© Photographee.eu - Fotolia.com

TEIL B



www.deutsche-alzheimer.de

Infoblatt 18:
Schmerz
erkennen und
behandeln

Ganzes betrachtet. Sterben ist Leben – Leben vor dem Tod. Im Zentrum steht die Würde des Menschen am Lebensende und der Erhalt größtmöglicher Autonomie. Voraussetzung hierfür sind die weitgehende Linderung von Schmerzen und Symptomen schwerster lebensbeendender Erkrankungen durch palliativärztliche und palliativpflegerische Versorgung sowie eine psychosoziale und spirituelle Begleitung der Betroffenen und Angehörigen. Sterben zu Hause oder in der gewohnten Umgebung zu ermöglichen, ist die vorrangige Zielperspektive der Hospiz- und Palliativarbeit. Der Ausbau ambulanter Strukturen, die Knüpfung regionaler Netzwerke und eine enge Zusammenarbeit unterschiedlicher Professionen und Ehrenamtlicher sind hierfür Voraussetzung. Wenn eine palliative Versorgung zu Hause nicht oder nur begrenzt möglich ist, stehen voll- und teilstationäre Einrichtungen in Form von Hospizen und Palliativstationen – ggf. auch im Wechsel mit ambulanter Versorgung – zur Verfügung. Die Einrichtungen der Hospiz- und Palliativversorgung in ihren vielfältigen Gestaltungsformen sind damit wesentliche Bausteine im bestehenden Gesundheits- und Sozialsystem, die in enger Kooperation mit den anderen Diensten und Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialsystems eine kontinuierliche Versorgung sterbender Menschen gewährleisten. Sie bedürfen insoweit der entsprechenden Absicherung im sozialen Leistungsrecht.

Zur Hospiz- und Palliativarbeit gehört als ein Kernelement der Dienst Ehrenamtlicher. Sie sollen gut vorbereitet, befähigt und in regelmäßigen Treffen begleitet werden. Durch ihr Engagement leisten sie einen unverzichtbaren Beitrag zur Teilnahme der Betroffenen und der ihnen Nahestehenden am Leben des Gemeinwesens und tragen dazu bei, die Hospizidee in der Gesellschaft weiter zu verankern. Schwerstkranke und sterbende Menschen und ihre Angehörigen, die der Versorgung und Begleitung bedürfen, brauchen professionelle Unterstützung durch ein multidisziplinäres Team, dem Ärztinnen und Ärzte, Pflegekräfte, Seelsorgerinnen und Seelsorger, Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter, Ehrenamtliche u. a. angehören sollten. Für diese Tätigkeit benötigen sie spezielle Kenntnisse und Erfahrungen in der medizinischen, pflegerischen, sozialen und spirituellen Begleitung und Versorgung. Dies setzt eine sorgfältige Fort-, und Weiterbildung entsprechend den jeweiligen Qualifikationsstandards, fortgesetzte Supervision und Freiräume für eine persönliche Auseinandersetzung mit Sterben, Tod und Trauer voraus.

Ambulanter Caritas-Hospizdienst Düren

Die Koordinatorinnen des Caritas-Hospizdienstes informieren, beraten und begleiten Sie, dabei unterstützen sie Ihren Wunsch nach Selbstbestimmung.

Das weitere Angebot des Hospizdienstes umfasst:

- › Psychosoziale Begleitung durch qualifizierte ehrenamtliche Hospizmitarbeiter*innen
- › Angebote zur Erhaltung der höchstmöglichen Lebensqualität
- › Beratung über die Möglichkeiten in der Palliativpflege und -medizin
- › Sozialrechtliche Informationen und Vermittlung zur Beratung über die Inanspruchnahme von Hilfeleistungen
- › Vermittlung und Koordination von anderen sozialen Diensten
- › auf Wunsch seelsorglich-spirituelle Begleitung
- › Bildungsarbeit und qualifizierte Befähigung und Begleitung ehrenamtlicher Mitarbeiter*innen
- › Trauerbegleitung in einem zeitlich begrenzten Rahmen
- › Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Caritasverband Düren-Jülich e. V.



Ambulanter
Caritas-Hospizdienst Düren
📍 Kurfürstenstraße 10–12,
Eingang: Bonner Straße 34,
52351 Düren
☎ 02421 48184
📠 02421 48185
🌐 [www.caritasverband-dueren.de/
angebote-beratung/hospizdienst](http://www.caritasverband-dueren.de/angebote-beratung/hospizdienst)

Hospizbewegung Düren-Jülich



📍 Roonstr. 30,
52351 Düren
☎ 02421 3932-20
🌐 www.hospizbewegung-dueren.de

Spezialisierte ambulante Palliativversorgung



📍 Am Weiherhof 23,
52382 Niederzier
☎ 02428 95700
🌐 www.wohnanlage-sophienhof.de

Stationäres Hospiz am St. Augustinus Kranken- haus Lendersdorf



📍 Renkerstr. 45, 52355 Düren
☎ 02421 599800
🌐 www.sankt-augustinus-krankenhaus.de/das-stationaere-hospiz-am-st-augustinus-krankenhaus/

Palliativzentrum am St. Augustinus Kranken- haus Lendersdorf



📍 Renkerstr. 45, 52355 Düren
☎ 02421 599800
🌐 www.sankt-augustinus-krankenhaus.de/zentren/ispz-interdisziplinaeres-schmerz-und-palliativzentrum

Stationäres Hospiz der Hermann Josef Stiftung in Erkelenz



📍 Tenholter Str. 43a,
41812 Erkelenz
☎ 02431 892425
🌐 www.hospiz-erkelenz.de

18 MEDIKAMENTE RICHTIG EINNEHMEN

Ohne Plan geht nichts

Sie müssen regelmäßig Medikamente einnehmen? Dann hilft Ihnen ein Arzneimittelplan. Darin werden die wichtigsten Besonderheiten festgehalten:

- › Welches Medikament (Name, Konzentration, Anwendungsgebiet)?
- › Welche Dosierung zu welcher Tageszeit?
- › Stichworte, wie z. B. „nicht mit Milch einnehmen“ oder „Einnahme vor dem Essen“.

Damit Ihr Medikamentenplan auch im Alltag eine nützliche Hilfe bleibt, ist es wichtig, dass er aktuell und vollständig ist, also z. B. auch rezeptfreie Medikamente aus der Apotheke oder dem Supermarkt enthält. Lassen Sie sich von Ihrer Hausapotheke oder Ihrem Hausarzt helfen. Stolpersteine vermeiden:

Bitte kennzeichnen, ob ein Arzneimittel nur kurzfristig einzunehmen ist, z. B. ein Antibiotikum.

- › Warenname und Inhaltsstoffe notieren: Schafft Sicherheit, auch wenn ein Medikament wegen der Vorschriften von Krankenkassen anders aussieht.
- › Legen Sie Ihren persönlichen Medikationsplan regelmäßig Facharzt, Hausarzt, Hausapotheke vor: So können Doppelverordnungen und unnötige Wechselwirkungen vermieden werden.

Gute Vorbereitung ist der halbe Erfolg

- › Nutzen Sie Wochen-Dosetts. Zur Befüllung die Arzneimittelschachteln und den Medikationsplan vor sich auf dem Tisch legen. Zunächst die Schachtel mit dem kürzeren Haltbarkeitsdatum aufbrauchen, bevor Sie die neue Schachtel anbrechen.
- › Gehen Sie die Arzneimittelschachteln nach der Auflistung im Plan einzeln durch: Der Schachtel entnehmen, in das Dosett einfüllen, auf dem Medikamentenplan abhaken.
- › Das gefüllte Dosett an einen Ort legen, an dem Sie regelmäßig vorbeikommen, z. B. Küchenschrank.

Praktische Tricks:

- › Wenn Sie z. B. ein Medikament abends einnehmen sollen, empfiehlt es sich, das Medikament auf den Nachttisch zu legen.
- › Wenn Sie ein Medikament nach dem Frühstück einnehmen sollen, können Sie die leere Verpackung neben den Kaffeeautomaten legen. Wichtig ist, dass Sie an einem „Alltags“-Platz erinnert werden.
- › Wenn Sie Ihre Medikamente immer zu einer bestimmten Tageszeit einnehmen müssen, können Sie sich auch einen Wecker stellen. In der Apotheke gibt es dazu auch professionelle Ausführungen.
- › Wenn Sie doch einmal die Medikamenteneinnahme vergessen haben sollten, fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wie Sie sich verhalten sollen.

Sichere Einnahme: Keine (große) Kunst.

- › Wenn möglich, Tabletten, Kapseln und Dragees immer stehend oder aufrecht sitzend mit einem Glas Leitungswasser einnehmen.
- › Legen Sie Ihre Tablette/Kapsel in Ihren Mund und trinken Sie das Glas in möglichst großen Schlucken leer.
- › Beim Schlucken von Kapseln sollten Sie Ihren Kopf nach vorne neigen. Beim Schlucken von Tabletten den Kopf leicht nach hinten neigen.

Hinweise / Tipps für Patienten, die schlecht schlucken können:

- › Tabletten bzw. Kapseln nur öffnen, zerdrücken oder zerkleinern, wenn dies ausdrücklich vorgesehen ist. Im Zweifelsfall fragen Sie Ihren Apotheker oder Arzt.
- › Ggf. nachfragen, ob es das Medikament auch in flüssiger Form oder als Tablette, die bereits im Mund zerfällt, gibt.
- › Apotheken bieten geeignete Hilfsmittel zum leichteren Einnehmen an, z. B. Oralflo-Trinkbecher, zur Erleichterung an.
- › Manchmal hilft es, die Tablette/Kapsel in einem Löffel mit Apfel- oder Kartoffelbrei „unterzubringen“ und den Brei dann auf einmal herunterzuschlucken. Oder: Tablette in den Mund legen und aus einer PET-Plastikflasche mehrere Schlucke Wasser trinken, ohne dabei Luft in die Flasche zu lassen.

Bleibt eine Tablette/Kapsel in Hals oder Speiseröhre stecken, viel Wasser nachtrinken und ein kleines Stückchen Brot dazu essen.

Einige Faustregeln:

- › Eisentabletten immer mit einem Glas Orangensaft einnehmen.
- › Die meisten Medikamente mindestens im 2-Stunden-Abstand zu Milch- und Calciumprodukten einnehmen.
- › Meiden Sie die Einnahme von Alkohol.
- › Beachten Sie, dass die gleichzeitige Einnahme von anderen Medikamenten (auch pflanzliche Arzneimittel wie Johanniskrautpräparate, Nahrungsergänzungsmittel) sowie einige Nahrungsmittel wie Grapefruit zu Wechselwirkungen führen kann. Zur Sicherheit in Ihrer Stammapotheke nachfragen.

Tabletten richtig teilen. Gewusst wie.

Grundsätzlich lassen sich nur Tabletten mit tiefer Bruchkerbe sicher teilen. Leider haben manche eine flache Einkerbung, die wie eine Bruchkerbe aussieht: Diese Tabletten dürfen trotzdem nicht geteilt werden.

In der Regel dürfen retardierte oder magensaftresistente Tabletten nie geteilt werden. Klären Sie das deshalb unbedingt ab, wenn Sie unsicher sind. Viele Tabletten verlieren dadurch ihre Wirkung oder es wird zu viel Wirkstoff auf einmal freigesetzt.

Hinweise/Tipps für Patienten:

- › Flache Tabletten in der Regel durch Daumendruck über die beiden Zeigefinger teilen.
- › Gewölbte Tabletten mit tiefer Kerbe mit der Bruchrille nach oben z. B. auf eine feste Tischplatte legen. Drücken Sie dann mit dem Daumen auf die obere Seite.
- › Flache Tabletten mit großer Bruchkerbe mit der Bruchkerbe nach unten z. B. auf eine feste Tischplatte legen. Drücken Sie dann mit dem Daumen auf die obere, ungekerbte Seite.

Tropfen genau dosieren: So wird's gemacht.

- › Tropfflasche ruhig halten: Senkrecht bei Zentraltropfern bzw. schräg bei Randtropfern.
- › Nicht schütteln, sonst verändert sich die Tropfengröße unkalkulierbar.
- › Richtiges Abzählen gelingt am besten, wenn Sie die Dosierung „hörbar“ machen, indem Sie die Tropfen in einen leeren Plastikbecher zählen.

Augentropfen: So geht's zuverlässig ins Auge.

- › Ggf. Kontaktlinsen herausnehmen.
- › Kopf nach hinten neigen.
- › Unterlid nahe dem Wimpernansatz leicht nach unten ziehen.
- › Flasche möglichst dicht ans Auge, ohne direkten Kontakt.
- › Tropfen direkt in den Bindehautsack fallen lassen.

- › Unterlid vorsichtig loslassen und beide Augenlider langsam schließen. Augenlider für mindestens 30 Sekunden geschlossen halten.
- › Nach Applikation bei verschlossenem Augenlid Augapfel hin- und herbewegen.


Nasentropfen richtig anwenden: So gelingt's.

- › Nasenwege „frei schnäuzen“.
- › Kopf weit in den Nacken.
- › 2–3 Tropfen in ein Nasenloch: gleichzeitig Luft durch die Nase einatmen.
- › Tropfpipette mit zusammengedrücktem Saughütchen von der Nasenöffnung wegziehen.
- › Anschließend den Kopf für ein bis zwei Minuten weit nach vorne und ihn abwechselnd nach links und rechts bewegen.
- › Vollständig entleerte Pipette mit klarem Wasser säubern.

Dosiersprays für die Nase.

- › Reinigen Sie vor der Anwendung die Nase.
- › Nasenspray bei Erstanwendung „laden“, 2–3 Mal in die Luft sprühen
- › Die Spitze des Dosiersprays etwa 1 cm einführen
- › Beugen Sie Ihren Kopf bei aufrechter Position leicht nach hinten.
- › Lösen Sie einen Dosierhub aus: Ziehen Sie während des Sprühens Luft durch die Nase ein und atmen Sie über den Mund aus.
- › Reinigen Sie die Spitze nach jedem Gebrauch.


19 NÜTZLICHE HINWEISE UND ANREGUNGEN


Infoblatt: Autofahren und Demenz

www.deutsche-alzheimer.de

Notfalldose
 Die Notfalldose ist in Ihrer Apotheke erhältlich (PZN 16505541)

www.notfalldose.de




Verständniskärtchen „Ich habe Demenz“

www.deutsche-alzheimer.de

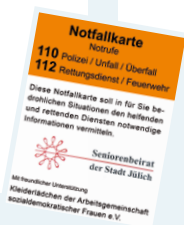
Verständniskärtchen „Angehörige“

www.deutsche-alzheimer.de

Notfallkarte des Seniorenbeirates der Stadt Jülich
 Information zur Notfallkarte:
 02461 63211
 shaxha@juelich.de

Informationsbogen zur Vorbereitung der Aufnahme ins Krankenhaus
www.deutsche-alzheimer.de

Infobogen 

Komplettfassung 



20 LISTE DER STATIONÄREN UND TEILSTATIONÄREN ALTENPFLEGE-EINRICHTUNGEN IN DER REGION JÜLICH

Aldenhoven

Wohnanlagen für Senioren und Behinderte Gut Köttenich GmbH



📍 An der Bleiche 28,
52457 Aldenhoven
☎ Zentrale: 02464 90860
📞 02464 9086508
✉ info@gut-koettenich.de
🌐 www.gut-koettenich.de

Wohnanlage für Senioren und Behinderte „Neu Pattern“



📍 Konrad-Adenauer-Str. 8–8b,
52457 Aldenhoven
☎ Zentrale: 02464 90980
📞 02464 9098 2700
✉ info-np@gut-koettenich.de
🌐 www.gut-koettenich.de

Wohnanlage für Senioren und Behinderte „Neu Pattern“ -Solitäre Kurzzeitpflege-



📍 Konrad-Adenauer-Str. 8–8 b,
52457 Aldenhoven
☎ Zentrale: 02464 90980
📞 02464 9098 4900
✉ info-np@gut-koettenich.de
🌐 www.gut-koettenich.de

Inden

Haus Katharina

Alten- und Pflegeheim
GmbH



👤 Inhaberin: Katja Heck
📍 Mittelstr. 17,
52459 Inden-Lamersdorf
☎ Zentrale: 02465 99060
📞 02465 9906215
✉ info@hk-inden.de
🌐 www.hk-inden.de

St. Michael Tagespflege

Caritasverband für die
Region Düren-Jülich e.V.



📍 Mittelstr. 40,
52459 Inden-Lamersdorf
☎ Koordinatorin Fr. Nießen:
02465 8023180
📞 02465 8023181
✉ aniessen@caritas-dn.de
🌐 www.caritasverband-dueren.de

Jülich

Wohnanlage für Senioren und Behinderte An der Zitadelle



Wohnanlage An der Zitadelle GmbH
📍 Am Wallgraben 29, 52428 Jülich
☎ Zentrale: 02461 99500
📞 02461 9950525
✉ info@seniorenzitadelle.de
🌐 www.seniorenzitadelle.de

Bonifatius Wohnen mit Pflege



📍 Bahnhofstr. 11 b,
52428 Jülich
☎ Zentrale: 02461 931350
📞 02461 93135 1099
✉ juelich@bonifatius-gmbh.de
🌐 www.bonifatius-gmbh.de

Altenheim St. Hildegard

Caritasverband für die
Region Düren-Jülich e.V.



📍 Merkatorstr. 31,
52428 Jülich
☎ Zentrale: 02461 6220
📞 02461 662181
✉ st.hildegard@caritas-dn.de
🌐 www.caritasverband-dueren.de

St. Hildegard Tagespflege

Caritasverband für die
Region Düren-Jülich e.V.



📍 Merkatorstr. 31, 52428 Jülich
☎ Frau Manuela Thomae:
02461 6227001/3176501
📞 02461 6227110
✉ mthomae@caritas-dn.de
🌐 www.caritasverband-dueren.de

St. Elisabeth Tagespflege

Schweizer Quartier



👤 Leitung:
Herr Günter Becker
📍 Schweizerstr. 17, 52428 Jülich
☎ Zentrale: 02461 9313328
✉ info@st-elisabeth-pflege.com
🌐 www.st-elisabeth-pflege.com

St. Georg Tagespflege

Caritasverband für die
Region Düren-Jülich e.V.



📍 Artilleriestr. 66, 52428 Jülich
☎ Frau Manuela Thomae:
02461 6227001/3176501
📞 02461 662181
✉ mthomae@caritas-dn.de
🌐 www.caritasverband-dueren.de

Jülicher Tagespflege

👤 Frau Friedrich



📍 Linnicher Str. 11,
52428 Jülich
☎ 02461 9162931
✉ kontakt@pflege-lebensfreude.de
🌐 www.pflege-lebensfreude.de

Langerwehe

Senioren- und Pflegeheim im Haus Krichelsmühle

Zur Mühle GmbH



📍 Krichelsmühle 0,
52379 Langerwehe-Wenau
☎ Frau Schain-Heidrich:
02409 9230
📞 02409 9853
✉ haus-krichelsmuehle@
t-online.de
🌐 www.krichelsmuehle.de

Seniorenzentrum Wehebachtal GmbH

Inhaber: Familie Tittel



📍 Schöntaler Str. 5 e,
52379 Langerwehe
☎ Frau Tittel/Herr Tittel:
02423 4030
📞 02423 403403
✉ info@szwehebachtal.de
🌐 www.szwehebachtal.de

Freie Alten- und Krankenpflege e. V.

📍 Heinz-Emonds-Str. 4,
52379 Langerwehe
☎️ Frau Susanne Kneifel:
02423 4068739
📠 02423 4086433
✉️ info@fak-dueren.de
🌐 www.fak-dueren.de

**St. Elisabeth Tagespflege GmbH**

👤 Einrichtungsleitung
Herr Günter Becker
📍 Herrenstr. 36,
52441 Linnich-Boslar
☎️ Herr Becker: 02462 2023094
📠 02462 2023136
✉️ info@st-elisabeth-pflege.com
🌐 www.st-elisabeth-pflege.com

**AWO Tagespflege im Quartier**

AWO Gesellschaft für
Altenhilfeeinrichtungen mbH
📍 Buchenweg 17 c,
52382 Niederzier
☎️ Frau Maubach: 02428 905870
📠 02428 9058999
✉️ birgit.maubach@
awo-mittelrhein.de
🌐 www.awo-sz-niederzier.de

**Tagespflege vom Dürener Pflorgeteam GmbH**

📍 Mühlenweg 6,
52379 Langerwehe
☎️ Frau Fitzau: 02423 4061214
und 02421 961200
📠 02423 4061215
✉️ tagespflege@
duerener-pflorgeteam.de
🌐 www.duerener-tagespflege.de

**Seniorenwohnanlage „Am Mühlenteich“**

📍 Schwarzer Weg 4,
52441 Linnich
☎️ Zentrale: 02462 20320
📠 02462 2032198
✉️ sd@seniorenwohnen-
muehlenteich.de
🌐 www.seniorenwohnen-
muehlenteich.de

**Wohnanlage Sophienhof**

Gemeinnützige GmbH
📍 Am Weiherhof 23,
52382 Niederzier
☎️ Zentrale: 02428 95700
☎️ Herr Hürtgen: 02428 9570103
📠 02428 9570199
✉️ info-sophienhof@cellitinnen.de
🌐 www.wohnanlage-
sophienhof.de

**Linnich****Alten- und Pflegeheim Christenstift**

St. Gereon Seniorendienste
Gemeinnützige GmbH
📍 Kölnstr. 35,
52441 Linnich-Gereonsweiler
☎️ Christenstift Frau Fabry:
02462 99030
📠 02462 9903155
✉️ kontakt@st-gereon.info
🌐 www.st-gereon.info

**Alten- und Pflegeheim Haus Schunck**

St. Gereon Seniorendienste
Gemeinnützige GmbH
📍 Kölnstr. 37,
52441 Linnich-Gereonsweiler
☎️ Haus Schunck Frau Fabry:
02462 99030
📠 02462 9903155
✉️ kontakt@st-gereon.info
🌐 www.st-gereon.info

**Titz****Alten- und Pflegezentrum Heilige Familie**

Caritasverband für die
Region Düren-Jülich e. V.
📍 Von-Leerodt-Str. 23,
52445 Titz-Hasselsweiler
☎️ Zentrale: 02463 9700
📠 02463 970299
✉️ aneuhof@caritas-dn.de und
bkuepper@caritas-dn.de
🌐 www.caritasverband-dueren.de

**St. Gereon Tagespflege**

St. Gereon Seniorendienste
Gemeinnützige GmbH
📍 Mahrstr. 67, 52441 Linnich
☎️ Tagespflege: 02462 981500
☎️ Frau Palm: 02462 2017820
📠 02462 981502
✉️ kontakt@st-gereon.info
🌐 www.st-gereon.info

**Wohnanlage für Senioren und Behinderte „Arche am Mühlenteich“**

📍 Schwarzer Weg 6,
52441 Linnich
☎️ Zentrale: 02462 99980
📠 02426 99981899
✉️ sd-arche@seniorenwohnen-
muehlenteich.de
🌐 www.seniorenwohnen-
muehlenteich.de

**Altenpflegeheim Haus Rose**

Faubel & Partner GmbH
📍 Erkelenzer Str. 2 b,
52445 Titz-Gevelsdorf
☎️ Frau Reinhart, Herr Wilms:
02463 998150
📠 02463 6754
✉️ sabine.reinhart@haus-rose.info
🌐 www.haus-rose.info

**Lebensfreude Tagespflege**

👤 Gertrud und
Christoph Koelsch
📍 Neußer Str. 28,
52441 Linnich-Kofferen
☎️ Zentrale, Frau Koelsch:
02462 202519
📠 02462 201667
✉️ kontakt@
pflege-lebensfreude.de
🌐 www.pflege-lebensfreude.de

**AWO Seniorenzentrum Niederzier/Huchem-Stammeln**

AWO Gesellschaft
für Altenhilfeeinrichtungen mbH
📍 Mittelstr. 22, 52382 Niederzier
☎️ Zentrale/Herr Widdau:
02428 905890
📠 02428 9058999
✉️ melina.kunze@
awo-mittelrhein.de
🌐 www.awo-sz-niederzier.de

**Am Silo UG Tagespflege**

📍 Heinestr. 30,
52445 Titz
☎️ Zentrale, Herr Koelsch:
02463 7969320
📠 02463 7969321
✉️ kontakt@
pflege-lebensfreude.de
🌐 www.pflege-lebensfreude.de



Erholung, Freizeit, Gastlichkeit



Brückenkopf-Park
Jülich

Freizeit & Erholung

BRÜCKENKOPF-PARK Jülich gGmbH
Rurauenstraße 11 * 52428 Jülich
Tel. 02461/97950



www.brueckenkopf-park.de * info@brueckenkopf-park.de



**Deutsches
Glasmalerei-Museum Linnich**
www.glasmalerei-museum.de
Tel. 02462/99170

Finanzpartner

**Der zweite
Frühling.**

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Wir sind da, wo sie uns brauchen.
Sprechen Sie uns an, wenn Sie einen
verlässlichen Finanzpartner suchen, der Sie
vor Ort berät und der Ihnen zur Seite steht.

 **Raiffeisenbank
Erkelenz eG**

rb-erkelenz.de





AKTIV IM ALTER – INFORMATIONEN ZUR TEIL C FREIZEITGESTALTUNG UND ZUM EHRENAMT

„Alter ist nur eine Zahl“ – diese Aussage ist korrekt, denn alt sein ist keine Frage der Anzahl der Lebensjahre. Es beginnt auch nicht mit dem Ruhestand. Fakt ist: jeder Mensch wird älter. Was er allerdings daraus macht, ist abhängig von der persönlichen Lebensgeschichte und von den materiellen Voraussetzungen. Sowohl körperliche Anstrengung als auch geistige Belastung hinterlassen nach Jahrzehnten der Arbeit ihre Spuren. Selbst Langeweile und Routine zehren an der Substanz. Um eine angenehme Lebensqualität im Alter zu gewährleisten, ist eine Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen unausweichlich. Frauen haben im Allgemeinen eine höhere Lebenserwartung als Männer. Während die meisten Männer voll ins Arbeitsleben integriert waren, diversen Hobbys nachgingen usw., konzentrierte sich das Leben der Frauen oft vor allem auf Haushalt und Kinderbetreuung. Viele der heutigen Seniorinnen verfügen nicht über eine Berufsausbildung oder hatten die eigene Berufsausübung zugunsten der Familienarbeit aufgegeben. Zeit für eigene Interessen blieb einfach nicht. Das hat natürlich auch Auswirkungen auf das Leben im Alter. Häufig fühlen sich Frauen, wenn das Arbeitsleben geendet hat oder die Kinder aus dem Haus sind, nicht mehr gebraucht. Auch der Tod des Ehepartners löst ähnliche Gefühle aus. Sowohl für Männer als auch für Frauen gilt: nach einem harten, von Arbeit und Entbehrungen während der Kriegs- und Nachkriegsjahre geprägtem Leben fällt es nicht leicht, sich auf neue Dinge einzustellen. War früher die Tagesplanung abhängig von der Arbeitszeit bzw. von der Schulzeit der Kinder, so ist der Senior, die Seniorin nun gefordert, sein/ihr ganzes Leben selbst zu bestimmen, einen neuen Tagesrhythmus zu finden und die neu gewonnene Freizeit mit Aktivitäten zu füllen.

Hier gilt es, soziale Kontakte zu erhalten bzw. neu zu knüpfen. Ein stabiles Netzwerk aus Freunden und

Verwandten macht Freude, bringt Anerkennung und hilft, die Balance zu wahren. Gesellige Runden und regelmäßige Treffen mit Gleichgesinnten sind wichtig. Aus der Forschung wissen wir, dass zu den wesentlichen Faktoren zur Vorbeugung einer Demenz auch vor allem die Pflege sozialer Kontakte, eine gesunde Ernährung und sportliche Aktivität bis ins hohe Alter gehören.

Neben dem privaten Bekanntenkreis bieten auch Vereine und Kurse Möglichkeiten, sich mit anderen Menschen auszutauschen. In Jülich und der Region gibt es einige Angebote für Seniorinnen und Senioren, z. B. bei den Sportvereinen und von der VHS Jülicher Land und auch im Stadtteilzentrum Nordviertel. Auch der Seniorenbeirat der Stadt Jülich bietet kulturelle und informative Angebote für ältere Menschen, wie „Kultur im Alter“ und „Donnerstagstreff im Brückenkopfpark“. Ältere Menschen leisten viel für den Zusammenhalt unserer Gesellschaft, indem sie familiäre Traditionen pflegen und ihre Erfahrungen, Wertvorstellungen und menschliche Wärme einbringen. Durch ihren Einsatz in der Familie oder in ehrenamtlichen Tätigkeiten tragen sie zudem einen wichtigen Teil der gesellschaftlichen Arbeit. Ehrenamtliches oder soziales Engagement gibt das gute Gefühl, gebraucht zu werden. Die Stadt Jülich hat in den vergangenen 15 Jahren einige Projekte initiiert und aufgebaut, in denen sich Seniorinnen und Senioren ehrenamtlich für ihre Altersgruppe engagieren können und dabei auch ihr Erfahrungswissen und ihre im Beruf erworbenen Kompetenzen einbringen können. Zudem gibt es in Jülich etliche soziale Projekte freier Träger, der Kirchen und gemeinnütziger Vereine, die sich über ehrenamtliche Mitarbeitende sehr freuen. Im Ehrenamt entscheiden die Engagierten selbst, wie viel ihrer Zeit sie einbringen möchten. Die Stadt Jülich honoriert geleistetes Engagement mit der Ehrenamtskarte.



Stadtteilzentrum
Nordviertel
Seniorenbeirat der
Stadt Jülich
Ehrenamtlicher
Einkaufsdienst des
Seniorenbeirates
Senioren-helfen-Senioren-Reparaturdienst
Senioren ins Netz
NAH – Ambulantes
Hilfenetzwerk im Dorf



Ehrenamtliche
Demenzlotsen
Ehrenamtlicher
Begleitsdienst
Ehrenamtlicher
Telefonbesuchsdienst



Jülich hilft!
Hilfsorganisationen
in Jülich



Soziale Dienste
in Jülich



Bürgerschaftliches
Engagement in Jülich

Wohnen im Alter



- Wohnungswirtschaft
- Baubetreuung
- Hausverwaltung



Seniorenwohnungen Jülich, Berliner Str. 2-6

RHEINBAU

Rheinische Baubetreuungs-
und Wohnungsbaugesellschaft mbH

Unsere Öffnungszeiten:

Mo.–Fr. 08:00–12:00 Uhr
Mo.–Mi. 14:00–16:00 Uhr
Do. 14:00–17:30 Uhr
Fr. 14:00–16:00 Uhr



Römerstr. 13 • 52428 Jülich • Tel. 02461 6924-0 • Fax 02461 6924-99 • info@rheinbau.de • www.rheinbau.de



(0 24 62)
88 90

Bei Ihnen steht ein ganzer **Umzug**, ein kleiner **Möbeltransport** oder eine **Haushaltsauflösung** an? Bei uns erhalten Sie **alles aus einer Hand!**

Unser Umzugsservice für ältere Menschen

Wir beraten
Sie gerne

- Unterstützung bei allen anfallenden Arbeiten
- Unterstützung bei Behörden- / und Krankenkassenanträgen
Ihre Umzugskosten können direkt durch uns, bei bestehenden Pflegegrad, über Ihre Kranken- / Pflegekasse abgerechnet werden.
Im Rahmen einer Wohnumfeldverbesserung bis zu 4.000 € / Person, max. 16.000 € / Haushalt.



„Hier versteht
man mich!“

www.meyer-seniorenumzuege.de



STILVOLL UND BARRIEREFREI WOHNEN TEIL D

Leben in der eigenen Wohnung

Durch minimale Veränderungen, kleine Hilfen und bauliche Anpassungsmaßnahmen lässt sich der Wunsch, möglichst lange zu Hause und selbstständig zu leben, meist erfüllen.

Die Fußbodenbeläge im Haus oder in der Wohnung sollten rutschsicher sein. Kleine Teppiche und Läufer stellen klassische Stolperfallen dar, deshalb besser wegräumen. Handläufe an beiden Seiten von Treppen und ein kontrastreicher Anstrich der Stufen, Sensorlampen und Nachtlichter bieten zusätzliche Sicherheit.

Im Bad sollten trittsichere Fliesen verlegt werden. Eine ebenerdige Dusche mit rutschfester Sitzgelegenheit und Haltegriffen bzw. eine Badewanne mit sicherem Ausstieg und Sitz erleichtern die Körperpflege. Toiletten lassen sich so anbringen, dass sie bequem vom Rollstuhl erreichbar sind. Hängeschränke in der Küche sollten in Sicht- und Griffhöhe angebracht werden. Auch die Höhe der Arbeitsplatte sollte so gewählt werden, dass bequemes Arbeiten im Sitzen möglich ist.

Kleine Hilfen von außen

Von vielen professionellen oder ehrenamtlichen Senioren-Begleitservices wird ein breites Spektrum an Dienstleistungen für ältere und mobilitätseingeschränkte Menschen angeboten. So ist von der Haushaltshilfe, der Anlieferung von Mahlzeiten, der Erledigung von Einkäufen und der Begleitung zu Arztbesuchen bis hin zur Hilfe bei Behördengängen jede denkbare Unterstützung erhältlich. Eventuell kann auch ein ambulanter Pflegedienst unterstützend tätig werden und so helfen, die Unabhängigkeit möglichst lange zu erhalten.

Hausnotruf

Dieses System gibt Senioren die Möglichkeit, in Gefahrensituationen von zu Hause aus sofort einen Hilferuf auf Knopfdruck zu senden. Anbieter für den Hausnotruf sind in Deutschland alle großen gemeinnützigen Verbände. In der Wohnung des Pflegebedürftigen wird eine Hausnotruf-Basisstation mit Lautsprecher, Mikrofon und Notruftaste installiert. Zusätzlich gibt es einen Handsender, der um den Hals oder als Armband getragen werden kann.

Betreutes Wohnen

In den letzten Jahren hat sich das betreute Wohnen immer mehr durchgesetzt. Die Angebote reichen von Wohnungen, die an ein Altenheim angegliedert sind, über seniorengerechte Wohnungen im normalen Wohnungsbau, die nur einen Hausmeisterdienst bieten, bis hin zu hotelähnlich ausgestatteten, luxuriösen Wohnkomplexen. Gemeinsam ist allen Angeboten neben barrierefreiem und seniorengerechtem Wohnen der Ansatz, die Unabhängigkeit der Bewohner auch bei gesundheitlicher Beeinträchtigung möglichst zu bewahren.

Mehr-Generationen-Wohngemeinschaft

Das Zusammenleben mit anderen Senioren bzw. mit Menschen aller Altersgruppen bereichert die Bewohner durch soziale Kontakte und ein regelmäßiges Miteinander. Die Privatsphäre bleibt dabei durch die eigenen vier Wände gewährleistet. Die WG-Bewohner teilen sich Gemeinschaftseinrichtungen wie Wohnzimmer, Küche und Garten. Die Zimmer können mit den vertrauten Möbeln eingerichtet werden. Diese Wohnformen bieten den Senioren Sicherheit sowie soziale Geborgenheit und ermöglichen sowohl Nähe als auch Distanz.

Seniengerechtes Wohnen im Kreis Düren

Aldenhoven

Altenpflegeheim Gut Köttenich

📍 An der Bleiche 28,
52457 Aldenhoven
🌐 www.gut-koettenich.de
Wohneinheiten: 1
Kosten/Größe:
Einzelheiten beim Träger erfragen

Neu-Pattern – Wohnanlage für Senioren und Behinderte

📍 Konrad-Adenauer-Str. 8-8b,
52457 Aldenhoven
☎ 02464 90980
✉ info-np@gut-koettenich.de
Wohneinheiten: 25
Kosten/Größe:
2 bis 3 Zimmer Wohnungen

Jülich

WOGÉ (Wohnungsbau – Genossenschaft)

🌐 www.woge-juelich.de

📍 Trierer Str. 1, 52428 Jülich
in Anbindung an das
Altenheim St. Hildegard
Wohneinheiten: 21
Kosten/Größe: 45–60 qm,
WBS erforderlich,
Einzelheiten beim Träger erfragen

📍 Sebastianusstr. 8 und 18a,
52428 Jülich
Wohneinheiten: jeweils 10
Kosten/Größe: 45–60 qm,
WBS erforderlich,
Einzelheiten beim Träger erfragen

📍 Kirchberger Str. 28, 52428 Jülich
Wohneinheiten: 9
Kosten/Größe: 45–60 qm,
WBS erforderlich,
Einzelheiten beim Träger erfragen

📍 Münstereifeler Str. 10,
52428 Jülich
Wohneinheiten: 14
Kosten/Größe: 70–90 qm,
Kein WBS erforderlich,
Einzelheiten beim Träger erfragen

📍 Am Wallgraben 31, 52428 Jülich
Wohneinheiten: 23
Kosten/Größe: 47/62/70 qm,
WBS erforderlich,
Einzelheiten beim Träger erfragen

📍 Am Wallgraben 31, 52428 Jülich
Wohneinheiten: 4
Kosten/Größe: 100 qm,
Einzelheiten beim Träger erfragen

Wohnungen für ältere Menschen

📍 Berliner Str. 2-6, 52428 Jülich
👤 Prodomo GmbH & Co. KG über
Fa. Rheinbau, Römerstr. 13,
52428 Jülich, Frau Kelzenberg
☎ 02461 6924-0/-12
✉ info@rheinbau.de
Wohneinheiten: 72
Kosten/Größe: 36 und 49 qm,
für 1- oder 2-Personenhaushalte
WBS erforderlich,
Einzelheiten beim Träger erfragen

Langerwehe

„Blick in die Zukunft“

📍 Heinz-Emonds-Str. 4,
52379 Langerwehe
👤 Bauherrengemeinschaft Mainz/
Schumacher, Friedhofstr. 13,
52379 Langerwehe
☎ 02423 4587
✉ berschumacher@aol.com
Wohneinheiten: 21
Kosten/Größe: 15 Einraum-
wohnungen a 50 qm, 6 Zweiraum-
wohnungen von 60 bis 93 qm

Linnich

Wohnungen für ältere Menschen

📍 Am Mühlenteich 5, 52441 Linnich
👤 Prodomo GmbH & Co. KG über
Fa. Rheinbau, Römerstr. 13,
52428 Jülich, Frau Kelzenberg
☎ 02461 6924-0/-12
✉ info@rheinbau.de
Wohneinheiten: 36
Kosten/Größe: 43–53 qm
für 1- oder 2-Personenhaushalte,
WBS erforderlich,
Einzelheiten beim Träger erfragen

Servicewohnen an der Wohnanlage für Senioren und Behinderte „Am Mühlenteich“

📍 Schwarzer Weg 3 und 4,
52441 Linnich
🌐 www.seniorenwohnen-muehlenteich.de
Wohneinheiten: 6 und 24
Kosten/Größe: Weitere Einzelheiten
beim Träger erfragen

Niederzier

Wohnanlage Sophienhof

📍 Am Weiherhof 23,
52382 Niederzier
🌐 www.wohnanlage-sophienhof.de
Wohneinheiten: 114
Kosten/Größe:
1-Zi.-Whg. ca. 48 qm,
2-Zi.-Whg. ca. 49–65 qm,
3-Zi.-Whg. ca. 73 qm,
teilweise WBS erforderlich,
Einzelheiten beim Träger erfragen

Wohnungen für ältere Menschen

📍 Mittelstr. 37, 52382 Niederzier
👤 Prodomo GmbH & Co. KG über
Fa. Rheinbau, Römerstr. 13,
52428 Jülich, Frau Kelzenberg
☎ 02461 6924-0/-12
✉ info@rheinbau.de
Wohneinheiten: 14
Kosten/Größe: 49–65 qm,
für 1- oder 2-Personenhaushalte,
WBS erforderlich,
Einzelheiten beim Träger erfragen

Titz

Barrierefreies Wohnen „Am Silo“ Lebensfreude

📍 Heinestr. 30, 52445 Titz
👤 Frau Ecker, Frau Diehr,
Ginsterweg 4,
41836 Hückelhoven
☎ 02433 981750
✉ info@diehr.de
Wohneinheiten: 25
Kosten/Größe: 48–77 qm,
1–3-Raumwohnungen,
Einzelheiten beim Träger erfragen

Bestattungsinstitute

FRANKEN

BESTATTUNGEN

Wir sind Tag und
Nacht für Sie erreichbar

Alte Dürener Straße 5 | 52428 Jülich
Telefon 02461 3439932 und 0178 4155415 | kontakt@franken-bestattung.de

Taxiunternehmen

Taxi-Reiseservice

Tanzmann

Inh. M. Tanzmann



**An der Vogelstange 93 c
52428 Jülich**

Telefon 02461 939495
täglich von 7.00 bis 22.00 Uhr erreichbar

- Dialyse-Bestrahlungs-Krankenfahrten
- Flughafentransfer
- Kurierfahrten



© B. Wylezich - Fotolia.com



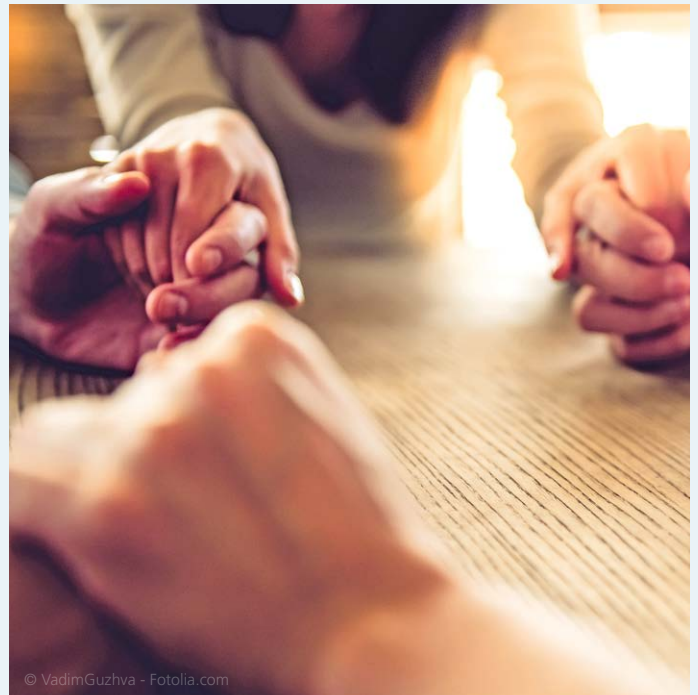
LENZEN

BESTATTUNGEN

Bestattungen Lenzen
Rurdorferstraße 44
52441 Linnich
Tel.: 0 24 62 - 87 86

E-Mail: info@bestattungen-lenzen.de
www.bestattungen-lenzen.de

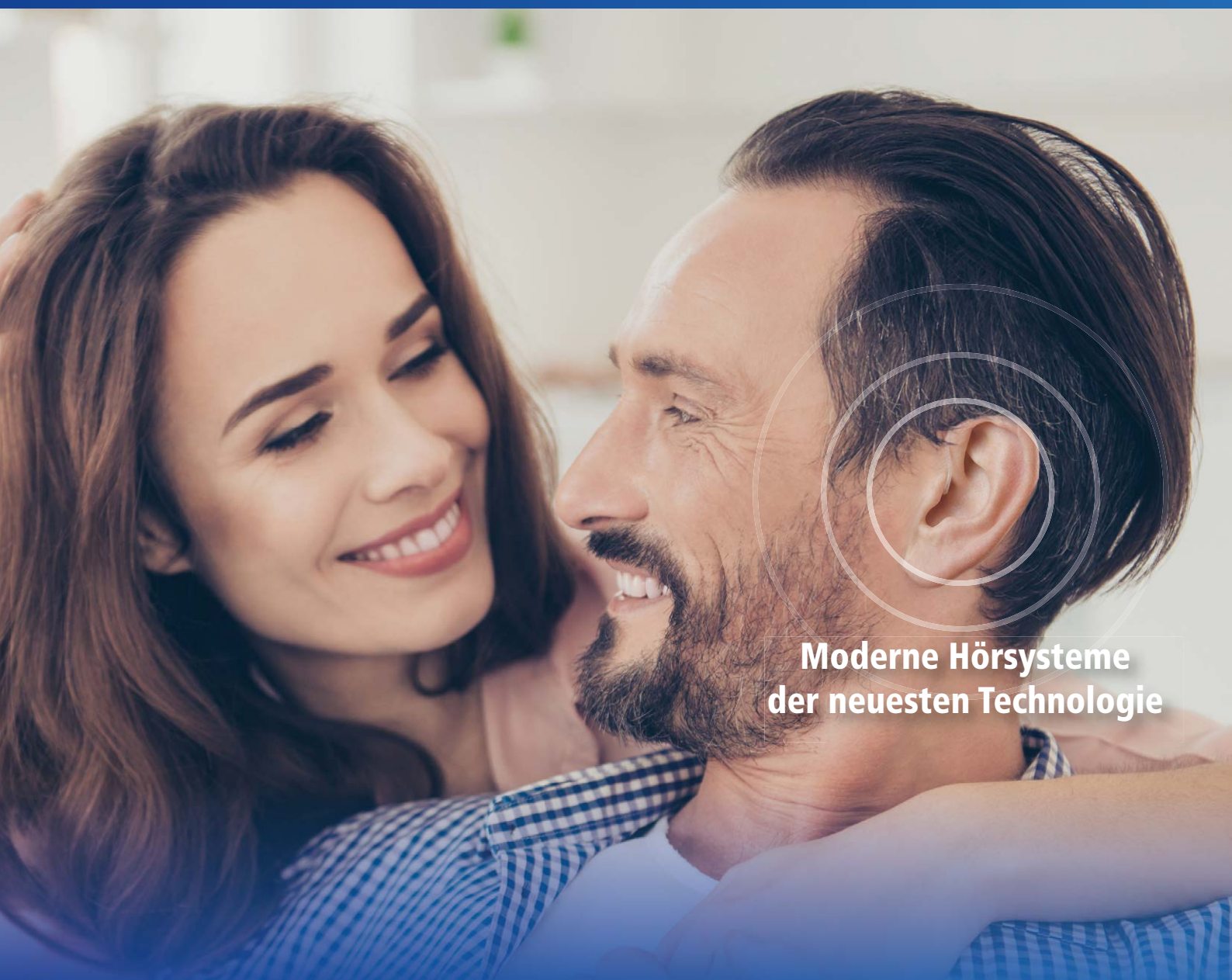
Sie erreichen uns telefonisch jederzeit.



© VadimGuzhva - Fotolia.com

Das Beste für Jülichs Ohren!

- ✓ Individuelle Hörberatung
- ✓ Professioneller Lärmschutz
- ✓ Effizientes Hörtraining
- ✓ Kostenlose Hörtests
- ✓ Effektive Tinnitusberatung
- ✓ Modernste Hörsysteme



Moderne Hörsysteme
der neuesten Technologie

Jetzt Beratungsgespräch vereinbaren!

Matthias Kaulard Hörakustik in Jülich

Große Rurstraße 22 · 52428 Jülich · Tel.: 02461-340409



www.derkaulard.de