



Wegweiser DEMENZ

für den Landkreis Altötting

Gemeinsam für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

Hilfsangebote, Ansprechpartner



In Zusammenarbeit mit:



Die Lokale Allianz für Menschen mit Demenz - Hilfsangebote stärken

In der 2021 ins Leben gerufenen **Lokalen Allianz für Menschen mit Demenz im Landkreis Altötting** arbeiten die Kooperations-Partner daran, bereits vorhandene Hilfsangebote für Demenzpatienten und deren Angehörigen strukturiert darzustellen. Die Mitglieder wollen zudem das Bewusstsein für demenzielle Krankheiten und die Bedürfnisse der Menschen mit Demenz stärken.

Bundesweit zählen die Lokalen Allianzen mehr als 500 Mitglieder.



In dieser Broschüre wurden alle Informationen sorgfältig zusammengetragen. Sollten Sie dennoch Informationen vermissen oder haben Sie weitere Ideen oder Anregungen, die mitaufgenommen werden sollten, so können Sie sich gerne an eines unserer Mitglieder wenden.

Mitglieder der Lokalen Allianz für Menschen mit Demenz im Landkreis Altötting:



Arbeiterwohlfahrt (AWO) Kreisverband Altötting e.V.
Hillmannstraße 20, 84503 Altötting,
Telefon: 08671/6639
www.awo-aoe.de



Alzheimer Gesellschaft Landkreis Altötting e.V.
Herzog-Arnulf-Str. 10, 84503 Altötting,
Telefon: 08671/4883
www.alzheimer-altoetting.de



Bayerisches Rotes Kreuz Kreisverband Altötting
Raitenharter Straße 8, 84503 Altötting,
Telefon: 08671/5066-0
www.kvaltoetting.brk.de



Bürgerinsel Burghausen e.V.
Prießnitzstraße 1, 84489 Burghausen,
Telefon: 08677/887561
www.buergerinsel.de



Home Instead Inn-Salzach
Kirchstrasse 1, 84513 Töging,
Telefon: 08631/1832980
www.homeinstead.de/region-inn-salzach



Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e.V.
Kapellplatz 8 (Dekanatshaus), 84503 Altötting,
Telefon: 08671/4144
www.keb-ris.de



Pflegestützpunkt Altötting
Bahnhofstraße 38, 84503 Altötting,
Telefon: 08671/5020
www.lra-aoe.de/themen/alter-pflege



Quartiersmanagement Gemeinde Mehring
Scheibelbergstraße 2, 84561 Mehring,
Telefon: 08677/916909
www.gemeinde-mehring.de/abteilung/quartiersmanagement

Vergesslichkeit ist nicht gleich Demenz

Wo liegt jetzt schon wieder der Schlüssel? Habe ich den Herd wirklich ausgeschaltet? Sind die Fenster tatsächlich geschlossen? Diese Fragen hat sich wohl jeder schon einmal gestellt – allein diese **leichte Vergesslichkeit ist noch kein Hinweis auf eine Demenz**.

Eine **Demenz** ist ein krankheitsbedingter Abbau kognitiver, emotionaler und sozialer Fähigkeiten. Betroffen sind oft die Merk- und die Orientierungsfähigkeit, die Sprache und auch die Bewegungsfähigkeit. Eine Ursache der Demenz ist die Alzheimer-Krankheit – sie gilt als eine der häufigsten Ausprägungen.

In Deutschland sind etwa 1,8 Millionen Menschen an Demenz erkrankt, etwa 240.000 davon leben in Bayern. Die Anzahl der Erkrankten steigt und Schätzungen gehen für das Jahr 2030 sogar von 300.000 Erkrankten in Bayern und weltweit von etwa 74 Millionen Erkrankten aus.

Manchmal beginnt es mit **Orientierungsschwierigkeiten** oder dem **Vergessen** wichtiger Dinge. Irgendwann kann es sein, dass sich der Kochtopf im Bett wiederfindet, die Schuhe in der Spülmaschine stehen. Wie auch immer sich Symptome äußern – nicht immer steckt eine Demenz dahinter.

Der rechtzeitige Gang zum **Hausarzt** ist unerlässlich, denn er kann Patienten, die den Verdacht haben, von Demenz betroffen zu sein, zu einem Spezialisten überweisen, um durch neurologische Tests Gewissheit zu bekommen und die genaue Art der Erkrankung abzuklären. Möglicherweise kann auch auf eine andere Diagnose hingewiesen werden. Die kompetente ärztliche Versorgung spielt eine entscheidende Rolle für den Therapieerfolg. Deshalb ist das Gespräch mit einem Arzt wichtig.

Fachärzte

Praxis für Neurologie und Psychiatrie, Dr. Ulrich Nadjafi, Dr. Zotter, Dr. Martin Wolff

[Altöttinger Straße 1, 84524 Neuötting, Telefon: 08671/98400](#)

Nervenärzte Altötting, Karin Krampfl, Prof. Dr. med. Klaus Krampfl, Daniel Werle

[Bahnhofstraße 14, 84503 Alötting, Telefon: 08671/886300](#)

Facharzt für Neurologie und Psychiatrie, Dr. med. Christoph Schmidlechner
[Robert-Koch-Straße 21, 84489 Burghausen, Telefon: 08677/61900](#)

Facharzt für Neurologie, Dr. med. Helmut Plendl
[Robert-Koch-Straße 7, 84489 Burghausen, Telefon: 08677/979847](#)

Klinik

InnKlinikum Altötting

[Vinzenz-von-Paul-Straße 10, 84503 Altötting, Telefon: 08671/509-0](#)

[Abteilung Neurologie](#)

www.innklinikum.de

Fachklinik/Zentrum für Altersmedizin

kbo-Inn-Salzach-Klinikum Wasserburg am Inn

[Gabersee 7, 83512 Wasserburg am Inn, Telefon: 08071/71-0](#)

www.kbo-isk.de

Der Diagnose muss sich niemand allein stellen! Es gibt zahlreiche **Beratungs- und Hilfsangebote**. Die erfahrenen Mitarbeiter bei den vielen Fachstellen erteilen Informationen über wichtige organisatorische Entscheidungen für den Alltag mit der Demenz. Dort erhalten neben Betroffenen auch Angehörige erprobte Hilfe.

Zu klären sind u.a. Fragen rund um die Leistungen der Pflegekasse, Pflegegrad, Grad der Behinderung, Versicherungen oder auch die Fahrtauglichkeit.

Die Fachstellen unterstützen **pflegende Angehörige** in schwierigen Situationen. Sie informieren über entlastende Angebote bei häuslicher Pflege und Demenz und beraten zu gesetzlichen Leistungen oder dem Einsatz von Hilfsmitteln.

Wenn die Pflege zuhause nicht (mehr) möglich ist, können die Fachstellen bei der **Auswahl einer geeigneten Wohnform** behilflich sein.



Das Bayerische Staatsministerium der Justiz bietet auf seiner Internetseite (www.justiz.bayern.de) Hilfen und Downloads zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung (siehe „Service“ -> „Broschüren“ -> „Vorsorge und Betreuung“). Mit nebenstehendem QR-Code kommen Sie direkt zur Broschüre „Vorsorge für Unfall, Krankheit, Alter“.



Die Betreuungsstelle des Landratsamtes Altötting und der Pflegestützpunkt helfen bei der Erstellung von Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung.

Auch Rechtsanwälte und Notare bieten eine Beratung (kostenpflichtig) an.

Pflegestützpunkt Altötting, Landratsamt Altötting

Bahnhofstraße 38, 84503 Altötting, Telefon: 08671/502-207 oder -282

E-Mail: pflegestuetspunkt@lra-aoe.de, www.lra-aoe.de

Pflegestützpunkte bieten unabhängige, kostenlose Beratung zu allen Themen rund um die Pflege und stehen allen Bürgerinnen und Bürgern offen.

Alzheimer Gesellschaft Altötting e.V.

Herzog-Arnulf-Strasse 10, 84503 Altötting, Telefon: 08671/4883

E-Mail: ml@alzheimer-altoetting.de, www.alzheimer-altoetting.de

Die Alzheimer Gesellschaft Altötting e.V. bietet Beratung sowie Veranstaltungen und Hilfsangebote für von Demenz betroffene Personen und Angehörige an.

Fachstelle für pflegende Angehörige, BRK-Kreisverband Altötting, Soziale Dienste

Mühldorfer Straße 16c, 84503 Altötting, Telefon: 08671/5066-18

www.kvaltoetting.brk.de/angebote/soziale-dienste

Die sozialen Dienste des BRK-Kreisverbands bieten eine breite Palette an Hilfen um ein möglichst eigenständiges und selbstbestimmtes Leben im eigenen Zuhause führen zu können. Sie unterstützen auch die Angehörigen in Fragen der Pflege.

Pflegeservice Bayern –

Ein Beratungsangebot der gesetzlichen Pflegekassen in Bayern

0800-722 11 11 (kostenfrei), Montag bis Freitag von 8.00 bis 18.00 Uhr

Der Pflegeservice Bayern dient als Informations- und Anlaufstelle für alle gesetzlich Versicherten zu Fragen rund um das Thema Pflege.

Quartiersmanagement / Seniorenbüro Gemeinde Mehring

Scheibelbergstraße 2, 84561 Mehring, Telefon: 08677/916909

www.gemeinde-mehring.de/abteilung/quartiersmanagement

Das Seniorenbüro der Gemeinde Mehring bietet Beratung zu allen Themen rund um Pflege, Wohnen, Betreuen und Unterstützung, speziell für Bürgerinnen und Bürger der Gemeinde Mehring.

NETZWERK 18

Münchener Str. 86, 84453 Mühldorf, Telefon: 08631/98474-46

www.ecksberg.de (unter „Beratung und Begegnung“)

Beratung und Begleitung für Menschen mit erworbenen Hirnschädigungen (u.a. Demenz, Schlaganfall, Parkinson) und ihre Angehörigen.

Ambulante Pflege

Unterstützung für pflegende Angehörige

Die Partner oder Kinder übernehmen oft die Pflege eines demenzerkrankten Angehörigen in den eigenen vier Wänden. Die seelische und zeitliche Belastung erweist sich im Laufe der Zeit und im weiteren Verlauf der Erkrankung oft als große Hürde. **Entlastungsangebote für pflegende Angehörige** - auch nur stundenweise - sind hilfreich.

Der **ambulante Pflegedienst** unterstützt Pflegebedürftige und ihre Angehörigen bei der Pflege zu Hause. Das Leistungsangebot des ambulanten Pflegedienstes erstreckt sich über verschiedene Bereiche, z.B. die körperbezogene Pflege oder häusliche Krankenpflege.

Stundenweise Betreuung zuhause oder auch hauswirtschaftliche Dienste werden angeboten von ambulanten Pflegediensten sowie ehrenamtlich und hauptamtlich tätigen Einzelpersonen.

Eine aktuelle **Übersicht der Anbieter** bekommen Sie beim Pflegestützpunkt des Landratsamtes Altötting sowie den anderen Fachstellen im Landkreis.

Hier erhalten Sie auch Informationen zu anderen Unterstützungsleistungen wie dem **Hausnotruf, Essen auf Rädern** usw.



Teilstationäre Pflege, Tagespflege

Zur Unterstützung und Entlastung pflegender Angehöriger

Unter teilstationärer Pflege bzw. Tagespflege versteht man die zeitweise Betreuung im Tagesverlauf in einer Pflegeeinrichtung. Sie umfasst auch die notwendige Beförderung zur Einrichtung und zurück. Daneben ermöglicht sie älteren oder pflegebedürftigen Menschen den Tag in Gesellschaft zu verbringen und bietet einen strukturierten Tagesablauf, sowie auch eine umfassende individuelle Förderung.

Vollstationäre Pflege

Betreuung rund um die Uhr

Die **vollstationäre Pflege in einem Alten- und Pflegeheim** ist dann die geeignete Lösung, wenn eine Pflegebedürftigkeit vorliegt und ambulante Pflege oder Tagespflege nicht möglich ist oder nicht ausreicht. In der stationären Pflege werden Menschen im Senioren- oder Pflegeheim rund um die Uhr versorgt. Die Pflegekräfte sind vor Ort und können auch im Notfall sofort Hilfe leisten. Einige Einrichtungen bieten auch beschützte Wohngruppen bzw. geschlossene Bereiche an, wenn z.B. eine sogenannte Hinlauf-Tendenz besteht.

Ambulant betreute Wohngemeinschaft (abWG)

Für ambulant betreute Wohngemeinschaften gilt das Bayerische Pflege- und Wohnqualitätsgesetz (PfleWoqG). Hier leben max. 12 pflege- bzw. betreuungsbedürftige Personen zusammen. Alle Entscheidungen werden gemeinsam von den Mietern bzw. deren Angehörigen getroffen. Die Mieterinnen und Mieter werden von einem Pflege- und/oder Betreuungsdienst versorgt.

Betreutes Wohnen

Das Betreute Wohnen ist eine private Wohnform. In der Regel handelt es sich hier um barrierefreie Wohnungen, die angemietet oder gekauft werden können und deren Miet-/Kaufvertrag bestimmte Versorgungsleistungen beinhaltet.

Bei der Entscheidung, welche Form der Betreuung die richtige für Sie ist, können die Fachstellen behilflich sein. Auch bei der Klärung der Finanzierung können sie weiterhelfen. Ansprechpartner zu den Leistungen des Bezirkes Oberbayern erhalten Sie über den Pflegestützpunkt Altötting bzw. unter 089/2198-21060

Ambulante Pflegedienste

aka Ambulante Kranken- und Altenpflege Schultz GmbH & Co. KG
Döblstraße 4, 84547 Emmerting, Telefon: 08679/5656
www.aka-schultz.de

AKA Monika Kirnich GmbH & Co. KG
Weiß-Ferdl-Straße 10, 84503 Altötting, Telefon: 08671/5600
www.aka-kirnich.net

Ambulante Alten- und Krankenpflege Cinci GmbH
Roßfeldstraße 1, 84508 Burgkirchen, Telefon: 08679/9661031
www.cinci-pflege.de

Ambulante Alten- und Krankenpflege Herbstsonne GmbH
Rudolf-Diesel-Straße 3, 84556 Kastl, Telefon: 08671/8838081
www.treffpunkt-herbstsonne.de

Ambulante Kranken- und Altenpflegestation St. Elisabeth
Josef-Straubinger-Weg 13, 84571 Reischach, Telefon: 08670/5335
www.pfarrverband-reischach.de

Ambulanter Pflegedienst der Seniorenwohnen am Toerringhof GmbH
Hauptstraße 46b, 84513 Töging, Telefon: 08631/1688406
www.seniorenwohnen-am-toerringhof.de

Ambulanter Pflegedienst SunnySideCare GmbH
Mauerberger Str. 2, 84579 Unterneukirchen, Telefon: 08634/2519778
www.sunnysidecare.de

AWO Seniorenzentrum „Georg-Schenk-Haus“ Ambulanter Pflegedienst
Wackerstraße 20, 84489 Burghausen, Telefon: 08677/9789-242
www.awo-obb.de

BRK Soziale Dienste Ambulante Pflege
Mühldorfer Straße 16c, 84503 Altötting, Telefon: 08671/5066-24
www.kvaltoetting.brk.de

BRK-Sozialstation Garching
Nikolausstraße 44a, 84518 Garching, Telefon: 08634/689609
BRK-Sozialstation Marktl
Schulstraße 19, 84533 Marktl, Telefon: 08678/919796
BRK-Sozialstation Töging
Hauptstraße 14, 84513 Töging, Telefon: 08631/920007

Caritas Sozialstation
Schusterbauerstraße 16, 84508 Burgkirchen, Telefon: 08679/1499
www.sozialstation-burgkirchen.de

Curamus ambulanter Pflegedienst GmbH
Adalbert-Stifter-Straße 7, 84489 Burghausen, Telefon: 08677/4656 oder
Telefon: 08671/5072052
www.curamus-pflegedienst.de

Dr. Jauss Pflege GmbH
Trostberger Straße 40, 84518 Garching, Telefon: 08634/625525
www.dr-jauss-pflege.de

Home Instead, Senioren- und Familienbetreuung Inn-Salzach GmbH
Kirchstraße 1, 84513 Töging, Telefon: 08631/18329-80
www.homeinstead.de

PflegeWichtl Ambulante Alten- und Krankenpflege Ingrid Klemisch
Marktplatz 37, 84577 Tüßling, Telefon: 08633/500042
www.pflegewichtl.de

Pflegeteam Hofmark
Obere Hofmark 12, 84543 Winhöring, Telefon: 08671/20101
www.jfb-stiftung.de



Teilstationäre Pflege bzw. Tagespflege

BRK-Tagespflegen

www.kvaltoetting.brk.de

BRK-Tagespflege Altötting

Mühldorfer Straße 16a, 84503 Altötting, Telefon: 08671/5066-57

BRK-Tagespflege Burgkirchen

Schusterbauerstraße 13, 84508 Burgkirchen, Telefon: 08679/9666655

BRK-Tagespflege Haiming

Freiherr-von-Ow-Straße 1a, 84533 Haiming, Telefon: 08678/987600

BRK-Tagespflege Marktl

Poststraße 7, 84533 Marktl, Telefon: 08678/919798

BRK-Tagespflege Neuötting

Altöttinger Straße 16, 84524 Neuötting, Telefon: 08671/994870

BRK-Tagespflege Töging

Hauptstraße 14, 84513 Töging am Inn, Telefon: 08631/920008

Haus des Gastes Aurelius – Seniorentagespflege

Schlesierstraße 4, 84518 Garching, Telefon: 08634/984538

Tagespflege Aurelius Mehring

(Eröffnung voraussichtlich im Frühjahr 2024)

Christoph Schmidt, 0151/59087301

Tagespflege Curamus am Stadler Hof

Holzfelderweg 2, 84489 Burghausen, Telefon: 08677/9189030

www.curamus-pflegedienst.de

Tagespflege Treffpunkt Herbstsonne

Rudolf-Diesel-Straße 3, 84556 Kastl, Telefon: 08671/8838081

www.treffpunkt-herbstsonne.de

Tagespflegezentrum St. Klara

Herzog-Arnulf-Straße 10, 84503 Altötting, Telefon: 08671/9849-0

www.jfb-stiftung.de

Tagespflege St. Klara Reischach

Aushofener Straße 3, 84571 Reischach, Telefon: 08670/9859566

www.jfb-stiftung.de

Sunny Side Care GmbH, Tagespflege Alte Schmiede

Mauerberger Straße 2, 85579 Unterneukirchen, Telefon: 08634/2519778

www.sunnysidecare.de

Vollstationäre Pflege

Vollstationäre Pflegeeinrichtungen, Alten- und Pflegeheime

Alten- und Pflegeheim St. Klara

Herzog-Arnulf-Straße 10, 84503 Altötting, Telefon: 08671/9849-0

www.jfb-stiftung.de

AWO Seniorenzentrum, Georg-Schenk-Haus

Wackerstraße 20, 84489 Burghausen, Telefon: 08677/9789-0

www.awo-obb.de

BRK-Seniorenhäuser

www.kvaltoetting.brk.de

BRK-Seniorenzentrum Altötting

Mühldorfer Straße 16a, 84503 Altötting, Telefon: 08671/5066-40

Heilig-Geist-Spital BRK-Seniorenhaus Burghausen

Mautnerstraße 250, 84489 Burghausen, Telefon: 08677/9686-0

BRK-Seniorenhaus Emmerting

Knoglerstraße 16, 84547 Emmerting, Telefon: 08679/916760

BRK-Seniorenhaus Bischof Sigismund Felix Haiming

Freiherr-von-Ow-Straße 1, 84533 Haiming, Telefon: 08678/987-100

BRK-Seniorenhaus Seban-Dönhuber-Haus Neuötting

Altöttinger Straße 16, 84524 Neuötting, Telefon: 08671/9948-0

BRK-Seniorenhaus am Schloss Tüssling

Baron-Michel-Straße 1, 84577 Tüßling, Telefon: 08633/50545-0

Caritas St. Rupert Senioren- und Pflegeeinrichtung

Schusterbauerstraße 15, 84508 Burgkirchen an der Alz, Telefon: 08679/301-0

www.seniorenheim-burgkirchen.de

Haus der Betreuung und Pflege Curanum Altötting

Rudolf-Diesel-Straße 2, 84503 Altötting, Telefon: 08671/982-0

www.korian.de

Innpark Seniorenzentrum GmbH

Berliner Straße 24, 84524 Neuötting, Telefon: 08671/9787-0

www.innpark-seniorenzentrum.de

PUR VITAL Pflegezentrum Garching/Alz

Tassilostraße 1, 84518 Garching an der Alz, Telefon: 08634/9828-0

www.pur-vital.de

PUR Vital Pflegezentrum Feichten

Am Hartberg 6, 84550 Feichten, Telefon: 08623/61329-0
www.pur-vital.de

Sankt Grignion Seniorenhaus

Neuöttinger Straße 69, 84503 Altötting, Telefon: 08671/9885-16
www.grignionhaus.de

Seniorenheim Toerringhof GmbH & Co KG

Hauptstraße 48, 84513 Töging am Inn, Telefon: 08631/91155
www.toerringhof.de

Einrichtungen der Altenpflege mit beschützten Wohngruppen bzw. geschlossenen Bereichen

AWO Seniorenzentrum, Georg-Schenk-Haus

Wackerstraße 20, 84489 Burghausen, Telefon: 08677/9789-0
www.awo-obb.de

BRK-Seniorenzentrum Altötting

Mühldorfer Straße 16a, 84503 Altötting, Telefon: 08671/5066-40
www.kvaltoetting.brk.de

PUR VITAL Pflegezentrum Garching/Alz GmbH

Tassilostraße 1, 84518 Garching an der Alz, Telefon: 08623/61329-0
www.pur-vital.de

PUR Vital Pflegezentrum Feichten

Am Hartberg 6, 84550 Feichten, Telefon: 08634/9828-0
www.pur-vital.de

Ambulant betreute Seniorenwohngemeinschaft Linde

Lindenallee 1, 84567 Erlbach, Telefon: 0170/3732055, 08631/9908504
(Herr Karic, Herbstsonne Sozialstation)

Ambulant betreute Wohngruppe Reischach

Aushofener Str. 5b, 84571 Reischach, Telefon: 08670/918625

Senioren-Wohngemeinschaft Perach 3a

Innviertel 3a, 84567 Perach, Telefon: 08670/8838081
www.treffpunkt-herbstsonne.de

Senioren-Wohngemeinschaft Perach 8EG

Innviertel 8 (EG), 84567 Perach, Telefon: 08670/8838081
www.treffpunkt-herbstsonne.de

Senioren-Wohngemeinschaft Perach 8 (1. OG)

Innviertel 8, 84567 Perach, Telefon: 08679/9661031
www.cinci-pflege.de

SunnySideCare GmbH, Betreute Wohngruppe Unterneukirchen

Mauerberger Straße 2, 85579 Unterneukirchen, Telefon: 08634/2519778
www.sunnysidecare.de

Wohngemeinschaft im Pfarrhof Kastl

Schulstraße 2, 84556 Kastl, Telefon: 08671/6837



Betreutes Wohnen

Residenz St. Chiara

Herzog-Arnulf-Str. 10, 84503 Altötting, Telefon: 08671/9849-0
www.jfb-stiftung.de

PUR Vital Betreutes Wohnen Garching/Alz

Tassilostr. 3 - 7, 84518 Garching, Telefon: 08036/90851-0
www.pur-vital.de

Betreutes Wohnen in der BRK Wohnanlage am Schloss

Schlossstr. 6, 84533 Haiming, Telefon: 08671/5066-320
www.kvaltoetting.brk.de

Wohnanlage am Rathausplatz

Rathausplatz 12, 84579 Unterneukirchen, Telefon: 08634/2519778
www.sunnysidecare.de

Wohnanlage Alte Schmiede

Mauerberger Str. 2, 84579 Unterneukirchen, Telefon: 08634/2519778
www.sunnysidecare.de

Betreutes Wohnen „Obere Hofmark“

Obere Hofmark 12, 84543 Winhöring, Telefon: 08671/20101
www.jfb-stiftung.de

Betreutes Seniorenwohnen am Törringhof

Hauptstr. 46b, 84513 Töging am Inn, Telefon: 08631/1688406
www.seniorenwohnen-am-toerringhof.de

Betreute Wohnanlage an der Erhartinger Str. 1

Erhartinger Str. 1, 84513 Töging am Inn

Seniorenberechtigtes Wohnen Feichten

Am Hartberg 6, 84550 Feichten

Weitere Angebote

Alzheimer Gesellschaft im Landkreis Altötting

Angehörigentreffen plus Betreuungsgruppe

Jeden 4. Dienstag im Monat, 14.00 - 16.00 Uhr
im Alten- und Pflegeheim St. Klara, Herzog-Arnulf-Straße 10, 84503 Altötting
Information und Anmeldung unter Telefon: 08671/4883
www.alzheimer-altoetting.de

BRK Seniorenhoagart

Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, 13.30 - 16.30 Uhr
BRK Soziale Dienste, Mühldorfer Str. 16c, 84503 Altötting
Information und Anmeldung unter Telefon: 08671/5066-20
www.kvaltoetting.brk.de

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Jeden 1. Montag im Monat, 18.30 - ca. 20.00 Uhr
BRK Soziale Dienste, Mühldorfer Str. 16c, 84503 Altötting
Information und Anmeldung unter Telefon: 08671/5066-20
www.kvaltoetting.brk.de

Denk fit - Angebot für Menschen mit beginnender Demenz

Jeden Mittwoch, 10.00 - 11.00 Uhr
im Mehrgenerationenhaus der AWO, Hillmannstr. 20, 84503 Altötting
Information und Anmeldung unter: awo-kv-aoe@t-online.de,
Telefon: 08671/6639 oder persönlich im Mehrgenerationenhaus
www.awo-aoe.de

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Demenzerkrankten

Jeden 1. Mittwoch im Monat, 16.00 - 18.00 Uhr
im Haus der Familie, Prießnitzstr. 1, 84489 Burghausen,
Telefon: 08677/887-581 oder 08677/64986 (Gruppenleiter)

NETZWERK 18

Sprechstunde jeden 1. Donnerstag im Monat von 14.00 - 16.00 Uhr
im Haus der Familie Burghausen, Berchtesgadener Str. 3, 84489 Burghausen
Hausbesuche sind nach Vereinbarung jeder Zeit möglich.
Telefon: 08631/98474-46

Prävention kurz gefasst

Wir alle können etwas zur Vorbeugung tun! Was allgemein für den Menschen gut und gesund ist, das hilft auch das Demenz-Risiko zu senken. Gut für Körper und Gehirn sind viel frisches Obst und Gemüse, eine mediterrane **Ernährung** mit nur wenig tierischen Fetten. Dazu etwas **Bewegung** in den Alltag einbauen, ein Spaziergang an der frischen Luft, mal das Auto stehen lassen und etwas Sport treiben - es muss nicht der Marathonlauf sein. Der **Verzicht aufs Rauchen** gehört ebenfalls dazu. Kulturelle Aktivitäten und kreative Hobbys helfen Gehirn und Geist wach zu halten. Das Gehirn braucht einfach Beschäftigung, um fit zu bleiben. Schauen Sie nach Fitness-Möglichkeiten für Körper und Geist in Ihrer Gemeinde, in Vereinen der Umgebung oder bei Sozialverbänden – diese bieten mitunter auch Kurse wie **Gedächtnistraining** an. **Pflegen Sie soziale Kontakte!**

All diese Maßnahmen können den Verlauf der Demenz auch verlangsamen.

Deshalb gilt für alle Tipps: Fangen Sie jetzt an! Es ist nie zu spät!



Wichtige organisatorische Entscheidungen, die getroffen werden müssen

- ☐ Beratung bei den Fachstellen einholen
- ☐ kurzfristige und langfristige Pflegeplanung überdenken
- ☐ Betreuungsverfügung erstellen
- ☐ Patientenverfügung erstellen
- ☐ Vorsorgevollmacht erstellen
- ☐ Bankvollmacht erstellen
- ☐ Rücksprache mit Versicherungen, v.a. mit der Haftpflichtversicherung bzgl. einer Demenzklausel
- ☐ Notfallmappe mit Medikamentenplan für Notarzt / Klinik erstellen
- ☐ Notfallplan für die Vertretung der pflegenden Angehörigen erstellen
- ☐ gegebenenfalls Fahrtüchtigkeit überprüfen lassen

Alltagsprinzipien auf einen Blick

- ☐ Versuchen Sie immer wieder die Demenz zu **akzeptieren** und machen Sie sich bewusst, dass das veränderte Verhalten **demenzbedingt** ist.
- ☐ Planen Sie für die täglichen Routinen und insbesondere der Aktivitäten der betreffenden Person mehr Zeit ein. Üben Sie auf diese **keinen Zeitdruck** aus.
- ☐ Hinterfragen Sie nicht die Sinnhaftigkeit der Äußerungen und Handlungen, sondern versuchen Sie zu verstehen, was die betreffende Person bezwecken möchte. Verkneifen Sie sich Kritik und versuchen Sie stattdessen dem vermuteten Bedürfnis entgegenzukommen – so **vermeiden Sie Konflikte**.
- ☐ Formulieren Sie eindeutige und **einfache Aufforderungen**. Fassen Sie sich kurz und verleihen Sie Ihrer Aufforderung durch einen **bestimmenden Tonfall** Nachdruck.
- ☐ Bemühen Sie sich um ein **ruhiges Umfeld** und nutzen Sie statt Worte die **körperliche Nähe**.
- ☐ Geben Sie durch **alltägliche Rituale** Sicherheit und stärken Sie das Selbstwertgefühl durch die Übertragung **vertrauter Tätigkeiten**.
- ☐ Vereinfachen Sie den gemeinsamen Alltag durch **Lob** oder ein **Kompliment**. Unterstützen Sie, um Misserfolgen vorzubeugen. Sehen Sie über Malheure hinweg und **vermeiden Sie Kritik**.
- ☐ Versuchen Sie nicht in eskalierenden Situationen zu bedrängen. Gönnen Sie sich beide unbedingt eine **Pause** und starten Sie zu einem **späteren Zeitpunkt** einen **neuen Versuch**.
- ☐ Schaffen Sie eine **unbekümmerte Atmosphäre** durch gemeinsames Lachen oder heitere Betätigungen.
- ☐ Ersparen Sie sich zusätzliche Sorgen, indem Sie möglichen **Gefahren** im Alltag der betroffenen Person **vorbeugen**.

- ☐ Wappnen Sie sich für die Zukunft und für mögliche Notfälle indem Sie frühzeitig **rechtliche Angelegenheiten** regeln und sich durch eine **Notfallmappe** und einen **Notfallplan** auf mögliche medizinische Notfälle vorbereiten.
- ☐ Sind Sie sich Ihrer **Belastung bewusst** und versuchen Sie trotzdem die veränderte Lebenssituation zu akzeptieren. Versuchen Sie auch in belastenden Momenten und Situationen nicht mit dem Schicksal zu hadern.
- ☐ Denken Sie an sich selbst. Verschaffen Sie sich **Freiräume** und nutzen Sie **Unterstützungsmöglichkeiten**.

Tipp:

Hängen Sie die **Alltagsprinzipien auf einen Blick** bitte an einem für Sie immer wieder sichtbaren Platz, so dass Ihnen diese Aspekte immer wieder vor Augen geführt werden.

Kennzeichnen Sie bitte diejenigen Aspekte, die Sie bereits beherzigt oder umgesetzt haben. Versehen Sie diese gerne mit einem Haken. Da die Dinge im Fluss sind verwenden Sie am besten einen Bleistift, so dass Sie später Anpassungen vornehmen können.

Markieren Sie sich bitte denjenigen Aspekt, den Sie aktuell vorrangig im Auge behalten möchten. Klemmen Sie dazu beispielsweise eine Wäscheklammer an die jeweilige Stelle.

Überdenken Sie bitte von Zeit zu Zeit, ob sich die Bedeutung der Aspekte verändert hat. Aktualisieren Sie dazu die Haken und die Position der Klammer. Suchen Sie bitte Hilfe, wenn Sie für Ihr Empfinden bereits zu lange an einem Alltagsprinzip „festhängen“.

Verwendung mit freundlicher Genehmigung des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege.

Regionale Informationsangebote

Die **Lokale Allianz für Menschen mit Demenz im Landkreis Altötting** fasst die zahlreichen Vorträge, Veranstaltungen, Kurse und Schulungen im Landkreis Altötting zum Thema Demenz in einem Flyer, der ca. vierteljährlich herausgegeben wird, zusammen. Außerdem können Sie sich gerne im Internet über die Termine informieren.

www.awo-aoe.de

Das **Seniorenmagazin für den Landkreis Altötting** beinhaltet zahlreiche Informationen für Seniorinnen und Senioren im Landkreis Altötting, unter anderem auch zum Thema Demenz und Pflege.

www.lra-aoe.de/themen/alter-pflege/fachstelle-fuer-senioren

Die **Alzheimer-Gesellschaft Landkreis Altötting e.V.** bietet Beratung zum Thema Demenz, Angehörigentreffen und Kurse an.

www.alzheimer-altoetting.de

Überregionale Informationsangebote

Die **Netzwerkstelle „Lokale Allianzen für Menschen mit Demenz“** ist die zentrale Anlaufstelle auf Bundesebene für lokale Demenznetzwerke. **Lokale Allianzen für Menschen mit Demenz** sind Hilfe- und Unterstützungsnetzwerke mit Angeboten für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen.

www.netzwerkstelle-demenz.de

Die **Alzheimer-Gesellschaft Bayern** erklärt, erläutert und hilft beim Verstehen der Krankheit.

www.alzheimer-bayern.de

Die **Fachstelle für Demenz und Pflege Bayern** ist Informations- und Koordinierungsstelle für Fragen rund um die Themen Demenz, Beratung in der Pflege und Angebote zur Unterstützung im Alltag.

www.demenz-pflege-bayern.de

www.demenz-pflege-oberbayern.de

Das **Bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege** bietet auf seiner Internetseite viele Informationen zum Thema Demenz.

Hier finden Sie u.a. den **„Ratgeber von Angehörigen von Menschen mit Demenz für andere Betroffene“**

www.stmgp.bayern.de/pflege/demenz

Die **Bundesregierung** hat mit Partnern aus Politik, Gesellschaft und Forschung eine Strategie entwickelt. Die **Nationale Demenzstrategie** trägt seit 2020 dazu bei, vielfältige Initiativen zusammenzuführen, zu bündeln und gemeinsam weiterzuentwickeln, um das Leben von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen zu verbessern.

www.nationale-demenzstrategie.de

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/aeltere-menschen/demenz

Bundesministerium für Gesundheit

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

Die **Demenz-Buddies** - Austausch und Vernetzung für Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 16 und 25 Jahren, die einen Menschen im familiären Umfeld haben, der an einer Demenz erkrankt ist.

www.desideriacare.de/demenz-buddies

Zeigt ein Familienmitglied erste Gedächtnisstörungen oder hat die Diagnose Demenz, wird erster Rat oft im Internet gesucht. **Frag nach Demenz** bietet Chat- und Mailberatung durch ein Expertenteam zum Thema Demenz.

www.desideriacare.de/frag-nach-demenz

Die Initiative **Demenz Partner** hat das Ziel über Demenzerkrankungen aufzuklären und für die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen zu sensibilisieren.

www.demenz-partner.de

Das **interaktive Serviceportal Wegweiser Demenz** bietet Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen sowie Interessierten zahlreiche Informationen rund um das Thema Demenz. Von Fachleuten moderierte Foren und ein Blog ermöglichen zudem Beratung und Erfahrungsaustausch zwischen den Betroffenen.

www.wegweiser-demenz.de

Die **Deutsche Alzheimer-Gesellschaft e.V.** bietet Beratung, Unterstützung und Informationen zum Thema Demenz.

Unter der Nummer 030 - 259 37 95 14 erreichen Sie das **Alzheimer-Telefon**, eine Beratungshotline, die seit 2002 von der Deutschen Alzheimer Gesellschaft betrieben wird und professionelle Unterstützung bietet. Sie können anonym anrufen.

www.deutsche-alzheimer.de

Wenn das krankhafte Vergessen, wenn der Dämon Demenz zuschlägt, ist nichts mehr, wie es war. Alzheimer wird zur neuen Volkskrankheit. Aktuell gelten 1,8 Millionen in Deutschland als erkrankt, Tendenz stark steigend. Wie es sich anfühlt, wenn das Gehirn und damit der Alltag zerbröseln, das wissen nur die Betroffenen selbst: Sie leiden. Am meisten in der ersten Zeit, wenn ihnen bewusst wird, dass man nachlässt. Wenn man vergisst. Worte nicht findet. Dinge nicht mehr wiederfindet. Fehler macht, wenn der kleinste Einkauf zum schier unüberwindbaren Berg an Problemen wird. Die Angehörigen leiden mit – die Kinder, die in die Rolle der Pflegenden gedrängt werden, aber auch die Partner, die plötzlich ihr Gegenüber auf Augenhöhe verlieren. Auch sie müssen erst lernen, mit der Krankheit zu leben, sich in neue Rollen einzufinden.

Meine Mutter ist das Kind

„Und ich bin die Tochter“ – so hat sich Elisabeth W. (Name geändert) Fremden vorgestellt, wenn ihre Tochter Ulrike sie begleitete. Wenn der alten Dame ihr Versprecher auffiel, lachte sie und versuchte so, den Versprecher zu übertünchen. Genauso wie damals, als sie zum ersten Mal „Ja, Mama“ zu ihrer Tochter sagte – und wieder lachte.... Doch die Versprecher sind eigentlich gar keine. „Meine Mutter ist das Kind“, sagte Ulrike – damals, als es losging mit der Krankheit – die Rollen verschoben sich immer mehr.

Oft ist es eine lange Odyssee, bis man weiß, woran man ist. Da ist zum einen das normale Vergessen, über das man hinweggehen mag – zum anderen scheut man sich vor allem anfangs, darüber zu reden. Die Betroffenen selbst wollen die Situation vielfach nicht wahrhaben, finden Ausreden, versuchen lange, die Fassade aufrecht zu erhalten. Angehörige wissen oft nicht, wie sie mit der Situation umgehen sollen, wo sie Beratung und Hilfe finden. Doch hier hat sich zum Glück in den vergangenen Jahren viel getan. Man kann ja schließlich auch nicht über immer mehr Erkrankte hinwegsehen. Die ersten Schritte sollten Betroffene und Angehörige über Hausarzt, Krankenkasse und die verschiedenen Beratungsstellen machen, die sich inzwischen zu einem Netzwerk Demenz im Landkreis Altötting zusammengefunden haben.

Informieren ist notwendig

Denn, das hat auch Ulrike mit ihrer Mutter Elisabeth erfahren: Es ist notwendig, sich gut zu informieren. Und sich helfen zu lassen. Den Dämon schafft man nicht alleine. Anfangs tut es vor allem den Angehörigen (und damit letztlich ihren kranken Eltern oder Partnern) einfach gut, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen. Nur wer Demenz einmal selbst erfahren hat – in welcher Rolle auch immer – der weiß, wie sich das anfühlt. Wer das nicht kennt, weiß kaum, wie sehr diese Krankheit belasten kann. Im Gespräch mit Betroffenen ist es ungleich leichter – allein festzustellen, dass es anderen ganz genauso geht, dass auch bei anderen der Alltag zerbröseln, dass man nicht weiß, wie man handeln soll.

Die Demenz trifft die ganze Familie

Oft haben Betroffene Angst davor, sich helfen zu lassen: „Der Opa ist so stur“ ist da oft zu hören oder „Die Mama will sich nicht helfen lassen“. Doch bei all den Widerständen muss man sich der Tatsache bewusst sein, dass der Demenzpatient nie allein ist – die

Krankheit nimmt die ganze Familie mit. Söhne und Töchter, die trotz Berufslebens irgendeine Art von Pflege organisieren müssen, deren Partner und Kinder, die ebenfalls lernen müssen, als „Co-Kranker“ mit der neuen Situation umzugehen. Angehörige scheuen sich, professionelle Hilfe bei der Betreuung in Anspruch zu nehmen. „Die hat ihre Schwiegermutter ins Heim abgeschoben“ – Angst vor diesem „Makel“ ist von Angehörigen vor allem in ländlichen Gebieten oft zu hören.

Irgendwann geht's daheim nicht mehr

Doch irgendwann ist der Punkt erreicht, an dem man die Pflege selbst nicht mehr schafft. Wenn die Patienten ob ihrer Situation etwa aggressiv werden, wenn sie die Menschen, die ihnen helfen wollen, beschimpfen, wenn sie die „Dämonen“ sehen, die es nicht wirklich gibt – die Diebe, die Einbrecher... Schnell kann die Pflege für Angehörige zu viel werden, weil der Patient immer mehr Betreuung braucht, gleichermaßen anhänglich wie ablehnend sein kann – tagsüber wie nachts. Dann kommt der Moment, an dem man sich überlegen muss, ob man das Leben seiner Eltern leben will und dafür sein eigenes Lebensmodell (etwa mit Beruf, Kindern und Hobby) opfern mag oder ob man doch auch ein Stück weit egoistisch sein darf. Auch an der Schwelle dieser Entscheidung weiß man oft nicht, wie man am besten im Sinne des Demenzpatienten handeln soll. Aber auch dafür gibt es Hilfe – und Beratungsstellen, die die verschiedenen Möglichkeiten aufzeigen – ohne, dass man sich selbst aufgibt.

Vorsorge und Vollmachten

Ulrike hat damals ihre Mutter Elisabeth in ein Heim gegeben, zu einem Zeitpunkt, als Elisabeth sich noch gut in den Heimaltag einfinden und Kontakte knüpfen konnte. Dennoch war es ein sehr schwerer Schritt für beide, aber der richtige. Denn selbst die Pflegenden zu sein, das konnte Ulrike nicht leisten. Zum Glück hatte sie das zuvor schon mit ihrer Mutter so besprochen. Überhaupt ist Vorsorge ein wichtiges Thema: Vollmachten und Patientenverfügungen helfen Angehörigen, im Sinne ihrer Eltern/Partner handeln zu können. Das sind Dokumente, die möglichst frühzeitig erstellt werden sollten – Vorlagen dafür gibt es im Buchhandel. Und Nachfragen bei Beratungsstellen erleichtern und helfen, Fehler zu vermeiden. Gut ist, wenn wichtige Fragen geklärt werden, bevor man erkrankt. Denn irgendwann kann man einen Demenzpatienten nicht mehr fragen, wie es ihm geht und was er vielleicht gerne möchte, weil er keine Sprache mehr hat. Irgendwann bleibt nur noch die Gefühlsebene. „Das Herz wird nicht dement“, heißt es – immerhin ein kleiner Trost.

Man darf auch das Gute sehen: Der Dämon Demenz fordert zwar die Menschen heraus, sich um ihn zu kümmern, er verlangt manchmal auch, dass man an seine Grenzen geht – oder auch darüber hinaus. Aber er kann durchaus auch lehrreich sein. Er lehrt Einfühlbarkeit, Geduld, Bescheidenheit und Dankbarkeit – zum Beispiel die große Freude über ein paar kleine, gute Momente.

Ina Lambach

Für ein würdevolles Leben bis zum letzten Tag

Regional helfen Palliativ- und Hospizeinrichtungen den Weg zu ebnen für ein würdevolles Altern und ein würdevolles Sterben. Die Dienste stehen Erkrankten wie Angehörigen zur Seite. Die Palliativmedizin hilft bei der Linderung von Krankheitsfolgen, von Belastungen und Beschwerden, bei denen keine Aussicht auf Heilung besteht. Auch die Helfer der Hospizvereine sorgen sich auf verschiedenen Ebenen um ein erfülltes Leben bis zum letzten Tag und die Betreuung der Angehörigen. Diesen Weg begleiten u.a. Ärzte, Seelsorger, Therapeuten und Pflegekräfte.



Hospizverein im Landkreis Altötting e.V.
Herzog-Arnulf-Straße 10, 84503 Altötting, Telefon: 08671/884616
www.hospizverein-aoe.de

SAPV am Inn gGmbH - Spezialisierte ambulante Palliativ-Versorgung
St.-Anna-Str. 22, 84570 Polling/OT Annabrunn, Telefon: 08631/1857-100
www.sapv-am-inn.de

Palliativstation des InnKlinikums Altötting
Vinzenz-von-Paul-Straße 10, 84503 Altötting, Telefon: 08671/509-1569
www.innkrlinikum.de

Herausgeber:

Lokale Allianz für Menschen mit Demenz im Landkreis Altötting
Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Altötting e.V.
Mehrgenerationenhaus Altötting
Hillmannstraße 20, 84503 Altötting
Telefon: 08671/9268750, 08671/6639
www.awo-aoe.de
info-mgh@awo-altoetting.de, awo-kv-aoe@t-online.de

Bilder:

Titelseite: iStock.com/Bulat Silvia, S. 6: kunertus / stock.adobe.com; S. 8: zinkevych / stock.adobe.com; S. 10: Pixel-Shot / stock.adobe.com; S. 15: Monkey Business / stock.adobe.com; S. 18: liderina / stock.adobe.com, WavebreakMediaMicro / stock.adobe.com, somegirl / stock.adobe.com, Prostock-studio / stock.adobe.com; S. 26: Imagepocket / stock.adobe.com

Die Reportage von Ina Lambach ist unter dem Titel „Dämon Demenz: Meine Mutter, das Kind“ zuerst am 3. Februar 2012 im Alt-Neuöttinger Anzeiger/Passauer Neue Presse erschienen.

Gestaltung: Afra Meindl

Druck: SAXOPRINT GmbH, Enderstraße 92c, 01277 Dresden

Auflage: 3.500 Stück

Stand: Oktober 2023

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Herausgebers unzulässig und strafbar.

Die in dieser Publikation zusammengestellten Informationen erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit, wurden jedoch mit größtmöglicher Sorgfalt recherchiert. Aus diesem Grund können weder an die Autoren, noch an die Lokale Allianz für Menschen mit Demenz im Landkreis Altötting rechtliche Ansprüche gestellt werden.

Wir bedanken uns für die freundliche Unterstützung aller mitwirkenden Personen.

Zahlen und Fakten zu Demenz

alle **3 Sekunden**
erkrankt weltweit
ein Mensch an Demenz.

Frauen sind häufiger
von **Demenz** betroffen
als Männer.

In **Deutschland** leben ca. **1,8 Millionen**
Menschen mit Demenz.

Für das **Jahr 2050** gehen Forscherinnen und Forscher
von bis zu **3 Millionen Betroffenen** aus.

Mögliche **Risikofaktoren** sind:

- hohes Lebensalter
- Bewegungsmangel
- Bluthochdruck
- Diabetes
- Schwerhörigkeit
- Depression
- Rauchen
- Alkoholkonsum
- soziale Isolation
- unausgewogene Ernährung
- geringe Bildung

Demenz geht uns alle an!