



AA  
AAAAAA

## Sonder-Newsletter März 2020 der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz

AA  
AAAAAA

Liebe Leserinnen und Leser unseres Newsletters,

seit Beginn der Corona-Pandemie erreichen uns Tag für Tag neue Nachrichten und wir alle sind zunehmenden persönlichen Einschränkungen ausgesetzt. Für Menschen mit Demenz, die die Situation nicht verstehen und nachvollziehen können, sind die Auswirkungen häufig noch belastender. Besuche werden weniger, liebgewonnene Begrüßungen finden nicht mehr statt, Menschen, die einem vertraut sind, gehen auf Abstand. Sie fühlen, dass ihnen etwas fehlt, sie fühlen sich allein.

- Die teils gravierenden Besuchseinschränkungen in Pflegeheimen sind für pflegende Angehörige und Menschen mit Demenz nur sehr schwer auszuhalten. Schon lange ist es normal und sogar notwendig, dass Angehörige wie auch zusätzliche Betreuungskräfte und ehrenamtliche Besuchsdienste, die Pflegekräfte im Heim unterstützen, die oft unterbesetzt sind und schon mit der Grundpflege an die Grenzen ihrer Kapazitäten gelangen. Und doch: Die drastischen Einschnitte sind leider notwendig um die Zahl der Corona-Neuerkrankungen zu reduzieren. Allerdings sind die Besuchseinschränkungen in Pflegeheimen je nach Bundesland unterschiedlich. Hier können Sie sich informieren, welche Regelung für Ihr Bundesland gilt: [www.biva.de/besuchseinschraenkungen-in-alten-und-pflegeheimen-wegen-corona/](http://www.biva.de/besuchseinschraenkungen-in-alten-und-pflegeheimen-wegen-corona/)

Eine solche Krise, die wir aktuell erleben, haben die meisten von uns noch nie erlebt. Dies verunsichert und wirkt bedrohlich. Auch Angehörige, die zu Hause pflegen, machen sich Sorgen, die Erkrankten zusätzlich zu gefährden. Selbstverständlich muss die Pflege auch im häuslichen Umfeld weiter stattfinden. Wichtig zu wissen ist: Wenn Sie die jetzt besonders notwendigen Hygienemaßnahmen (z. B. gründliches Händewaschen) beachten und außerhalb Ihres häuslichen Umfeldes Abstand halten, wo es möglich und nötig ist, minimieren Sie das Infektionsrisiko. Informationen zu den richtigen Schutzmaßnahmen und den Anzeichen für eine mögliche Infektion finden Sie auf der offiziellen Seite der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA): [www.infektionsschutz.de/coronavirus/](http://www.infektionsschutz.de/coronavirus/)



In vielen Pflegeheimen wird die Kommunikation der Bewohnerinnen und Bewohner mit ihren Angehörigen per Telefon und Skype unterstützt. Auch Enkelkinder halten per Videotelefonie Kontakt zu den Großeltern, die sie derzeit nicht besuchen können. Fotos, selbst gemalte Bilder oder Sprachnachrichten bringen Grüße von den Liebsten in die Wohnungen.

Es gibt auch eine Vielzahl von Möglichkeiten, wie man sich zu Hause gemeinsam beschäftigen und Menschen mit Demenz anregen kann. Musik, gemeinsames Singen oder Musizieren bringen Freude und Bewegung in den Tag. Einfache Musikinstrumente, wie eine Rassel aus Klopapierrolle und Linsen, lassen sich leicht selber bauen.

Auf der Internetseite „Älter werden in Balance“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA) findet man eine ganze Reihe von Videos mit Bewegungsübungen, die zum großen Teil auch zu Hause durchgeführt werden können: [www.aelter-werden-in-balance.de/online-bewegungsangebote/uebungsvideos/](http://www.aelter-werden-in-balance.de/online-bewegungsangebote/uebungsvideos/).

- Weitere Anregungen finden Sie auch in unserer App „Alzheimer & YOU – den Alltag aktiv gestalten“, die Sie kostenlos auf Ihr Smartphone laden können. Fürs iPhone: Link zum App Store: [„Alzheimer & YOU - Den Alltag aktiv gestalten“](#) Für Android-Smartphones: Link zum Google Play Store: [„Alzheimer & YOU - Den Alltag aktiv gestalten“](#).

## Wir sind weiter für Sie da

Trotz der momentanen Ausnahmelage bemühen wir uns, auch weiterhin für Ihre Fragen und Sorgen erreichbar zu bleiben.

Die Geschäftsstelle erreichen Sie telefonisch (030 – 259 37 95 0) und per E-Mail unter [info@deutsche-alzheimer.de](mailto:info@deutsche-alzheimer.de) zu den Geschäftszeiten Montag – Donnerstag von 9 bis 16 Uhr, Freitag von 9 bis 15 Uhr.

Das Alzheimer-Telefon bleibt unter 030 – 259 37 95 14 ebenfalls bestmöglich erreichbar. Es ist Montag bis Donnerstag von 9 bis 18 Uhr, am Freitag von 9 bis 15 Uhr besetzt. Wir bitten um Verständnis, wenn Sie aufgrund der hohen Nachfrage mehrfache Versuche benötigen, um eine freie Leitung zu bekommen. Alternativ können Sie uns auch eine schriftliche Beratungsanfrage schicken, entweder per E-Mail an [info@deutsche-alzheimer.de](mailto:info@deutsche-alzheimer.de) oder besser noch über unsere Online-Beratungsplattform unter <https://deutsche-alzheimer-gesellschaft.beranet.info/e-mailberatung>



Sie können weiterhin Broschüren in unserem [Online-Shop](#) bestellen. Sollte es beim Versand zu Verzögerungen kommen, bitten wir um Ihr Verständnis.

© Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz 2019

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.  
Selbsthilfe Demenz  
[info@deutsche-alzheimer.de](mailto:info@deutsche-alzheimer.de)  
[www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de)

Friedrichstr. 236, 10969 Berlin,  
Tel: 030 - 259 37 95 0, Fax: 030 - 259 37 95 29

Bundesweites Alzheimer-Telefon: 030 - 259 37 95 14  
Mo-Do 9-18 Uhr, Fr 9-15 Uhr