

Wegweiser Gedächtnisstörung und Demenz



Ein Leitfaden für Angehörige und Betroffene

Impressum

3. Auflage 2017

© Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e.V.
und Tübinger Familien- und Altershilfe e.V.

Herausgegeben von der Universitätsstadt Tübingen,
Beauftragte für Seniorenarbeit und Inklusion
www.tuebingen.de/senioren

Layout und Druck: Reprintstelle / Hausdruckerei

Kopien dürfen nur für den privaten Bedarf erstellt werden.

Bilder: Zur Verfügung gestellt von der Beratungsstelle für ältere Menschen und der
Tübinger Familien- und Altershilfe.

Die Neuauflage dieses Wegweisers wurde unterstützt durch das Ministerium für Soziales
und Integration Baden-Württemberg aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Die Herausgeber stellen sich vor	5
Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e.V.	5
TüFA – Tübinger Familien- und Altershilfe e.V.	7
Einleitung	9
Diagnose	13
Medizinische Behandlung	15
Beratung	16
Hilfen für zuhause	20
Was bedeutet es für Angehörige, einen demenzkranken Menschen zu betreuen?	20
Alzheimer-Angehörigengruppe Tübingen	21
Häusliche Betreuung von Demenzkranken	22
Ambulante Pflegedienste	26
Hauswirtschaftliche Unterstützung	29
Essen auf Rädern	30
Sonstige Hilfen und Einrichtungen	37
Fortbildungen, Gedächtnistraining, Hausnotrufe, Sanitätshäuser, Selbsthilfegruppen ...	37

Betreuung außer Haus	40
Tagespflege	40
Kurzzeitpflege	43
Pflegeheime	44
Neue Wohnformen für Menschen mit Demenz	64
Betreuung am Lebensende	68
Pflegeberatung über die Servicetelefone der Kranken- und Pflegekassen	70
Finanzierungsmöglichkeiten	71
Leistungen der Pflegeversicherung	71
Weitere Sozialleistungen und Vergünstigungen	78
Anhang	79
Tipps zum Umgang mit Demenzkranken	79
Die 3 Stadien der Alzheimer-Krankheit	83
Wie finde ich einen geeigneten Heimplatz für meinen demenzkranken Angehörigen? Worauf muss ich achten?	86
Literaturliste Demenz	89
Links	91
Wichtige Telefonnummern	91
Adressliste aller Leistungsanbieter	92
Angebote im Landkreis Tübingen zur Unterstützung an Demenz erkrankter Menschen und ihrer Angehörigen	106



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Ich freue mich sehr, Ihnen die 3. Auflage des Wegweisers Gedächtnisstörung und Demenz vorlegen zu können. Die Beratungsstelle für ältere Menschen und die Tübinger Familien- und Altershilfe haben ihn erarbeitet und nun erneut aktualisiert.

Wenn wir in Tübingen schon lange und intensiv über Demenz sprechen, so haben wir das vor allem der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige zu verdanken. Sie bietet seit vielen Jahren Beratung für demenziell erkrankte Menschen und ihre Angehörigen, Informationen, Vorträge und Fortbildungsveranstaltungen zum Thema.

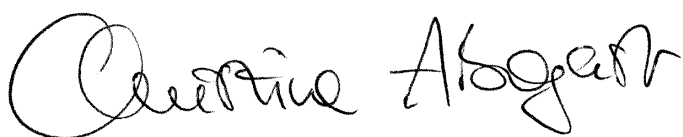
Praktische Hilfen im häuslichen Alltag leisten die geschulten Demenzbetreuerinnen und Demenzbetreuer der Tübinger Familien- und Altershilfe. Sie können Menschen mit Demenz begleiten, betreuen und aktivieren und die Angehörigen stundenweise entlasten.

Beide Institutionen zeichnen sich also durch ihre langjährige und intensive Erfahrung im Umgang mit Demenz aus. Sie haben sich maßgeblich an der Tübinger Demenzkampagne „DEMENZ – mitten unter uns“ in den Jahren 2013/2014 beteiligt. Seither sind sie aktiv dabei im „Netzwerk DEMENZ in Stadt und Landkreis Tübingen“, das die Universitätsstadt im Anschluss an die Kampagne initiiert hat.

Ein wichtiges Ziel des Netzwerks ist es, durch eine gute Öffentlichkeitsarbeit das Thema Demenz aus der Tabuzone mitten in die Gesellschaft zu holen. Dazu heißt es im Leitbild: „Wir wollen Betroffene, Angehörige und Nachbarn über leicht zugängliche Beratungs- und Unterstützungsangebote informieren. [...] Wir wollen die Bevölkerung, insbesondere auch Schlüsselpersonen im Gemeinwesen, über Demenz informieren und den Umgang mit Betroffenen erleichtern: Menschen mit demenziellen Veränderungen sollen in der Öffentlichkeit respektvoll behandelt und angemessen unterstützt werden.“

Dabei hat sich der Wegweiser Gedächtnisstörung und Demenz als unverzichtbares Nachschlagewerk erwiesen. Er ist dank der umfassenden und gut verständlichen Informationen über Demenz weit über Tübingen hinaus nachgefragt. Betroffene Familien, Arztpraxen, Pflegeheime, ambulante Dienste, und sogar Schulen sind an dem Wegweiser interessiert. Nutzen auch Sie, liebe Leserinnen und Leser, diesen Leitfaden und nehmen Sie Rat und Hilfe in Anspruch!

Der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige und der Tübinger Familien- und Altershilfe danke ich sehr herzlich dafür, dass sie sich so engagiert für die Verbesserung der Situation von Menschen mit Demenz einsetzen und diesen Wegweiser neu überarbeitet haben. Mein Dank gilt auch dem Geriatrischen Zentrum am Tübinger Universitätsklinikum, das mit seiner fachlichen Beratung wieder zur hohen Qualität des Wegweisers beigetragen hat.



Dr. Christine Arbogast

Erste Bürgermeisterin der Universitätsstadt Tübingen

Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e.V.

Kirchgasse 1, 72070 Tübingen

Telefon: 0 70 71 / 2 24 98

Telefax: 0 70 71 / 2 39 20

E-Mail: info@altenberatung-tuebingen.de

Internet: www.altenberatung-tuebingen.de

Spendenkonto: IBAN DE45 6415 0020 0000 2359 16, BIC: SOLADES1TUB



Die Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e.V. besteht seit 1978.

Wir informieren und beraten ältere Menschen und ihre Angehörigen zu allen Fragen des Alters und bei gerontopsychiatrischen Erkrankungen, schulen und begleiten Ehrenamtliche, die ältere Menschen besuchen. Bei Bedarf bieten wir auch Hausbesuche an.

Unter unserem Dach finden Sie drei Abteilungen, die schwerpunktmäßig zu verschiedenen Fragestellungen und Problemen beraten:

Lebensberatung im Alter (LiA)

(zuständig für den Landkreis Tübingen)

Unterstützt bei der Lebens- und Beziehungsgestaltung sowie bei der Verarbeitung von Veränderungen, die mit dem Alter zusammenhängen.

„LiA vor Ort“: Die Mitarbeiterinnen kommen auch in die Stadtteile mit Informationsveranstaltungen und Gesprächsrunden.

Gerontopsychiatrische Beratungsstelle (GPB)

(zuständig für Tübingen, Dettenhausen, Ammerbuch, Kusterdingen, Kirchentellinsfurt)

Beratung und Begleitung älterer Menschen, die an Veränderungen oder Erkrankungen leiden wie Ängsten, Depressionen, Wahnerkrankungen oder Demenzerkrankungen (z.B. Alzheimer) und ihrer Angehörigen (z.B. zum Umgang mit den Erkrankten und mit der eigenen Belastung durch die Pflege).

„Betreutes Wohnen zuhause – „Selbstständig Leben im Alter“ (SELMA)

Unterstützt und begleitet ältere Menschen, die ihren Lebensabend mit Kontakt und Sicherheit im vertrauten Zuhause verbringen möchten. Dem individuellen Bedarf entsprechend können unterschiedliche Leistungen gebucht werden (Hausnotruf, Besuchsdienst, gesellige Nachmittage).

Weitere Angebote

- Integratives Hirnleistungstraining (IHT) nach Prof. Dr. Bernd Fischer:
Dieses Gedächtnistraining ist für alle Menschen von hohem Nutzen, auch bei beginnenden Gedächtniseinschränkungen wirkt das Training positiv.
- Alzheimer-Angehörigengruppe: Information und Erfahrungsaustausch
- Vorträge, Fortbildungen, Schulungen auf Anfrage

TüFA Tübinger Familien- und Altershilfe e.V.

Schmiedtorstraße 2/1

72070 Tübingen

Telefon: 0 70 71 / 98 05 13

Telefax: 0 70 71 / 830 71

Internet: www.tuefa-tuebingen.de

E-Mail: info@tuefa-tuebingen.de

Spendenkonto: IBAN: DE77 6415 0020 0000 2204 02, BIC: SOLADES1TUB



Die Tübinger Familien- und Altershilfe, kurz TüFA, ist ein gemeinnütziger Verein, der 1956 gegründet wurde. Die TüFA ist Mitglied im DPWV und hat keine konfessionelle oder parteipolitische Bindung.

Sie beschäftigt ehrenamtliche HelferInnen, die zur Verschwiegenheit verpflichtet und über die TüFA haftpflicht- und sozialversichert sind.

Nachbarschaftshilfe durch die TüFA

Die TüFA hilft älteren und kranken Menschen dabei, alltägliche Probleme zu meistern: Wir kaufen ein, gehen spazieren, waschen, putzen und bügeln, erledigen Schriftverkehr oder begleiten zum Arzt, machen Gartenarbeit und helfen, wo es erforderlich ist.

Demenzbetreuung

Seit 2008 bieten wir auch eine häusliche Betreuung für demenziell erkrankte Menschen zur Entlastung pflegender Angehöriger an – mit speziell geschulten, ehrenamtlichen NachbarschaftshelferInnen. Sofern die Anforderungen erfüllt sind, beteiligt sich in der Regel die Pflegekasse an den Kosten der Demenzbetreuung.

Einleitung

Was ist eine Demenz?

Demenz ist ein Oberbegriff für zahlreiche hirnorganische Erkrankungen, die mit einem Abbau an Hirnsubstanz einhergehen und unterschiedliche Ursachen haben.

Die häufigste und wohl auch bekannteste Form ist die Alzheimer-Erkrankung.

Zurzeit leiden 1,3 Mio. Menschen in der BRD an einer Demenz, davon leben über zwei Drittel zuhause und werden von ihren Angehörigen versorgt. Die Zahl der Erkrankungen wird sich bis zum Jahr 2050 nahezu verdoppeln auf über 2 Mio. Betroffene.

Das Erkrankungsalter liegt zumeist nach dem 60. Lebensjahr, es gibt aber auch sehr selten die so genannte „präsenile“ Form, die früher auftritt.

Mit zunehmendem Alter steigt die Erkrankungshäufigkeit:

Während bei den 65- bis 69-Jährigen nur ca. 1% betroffen sind, sind es bei den über 80-Jährigen 13%, bei den über 85-Jährigen bereits jeder Vierte, bei den über 90-Jährigen leidet jeder Dritte unter dieser Erkrankung. D.h. das Alter ist Risikofaktor Nr. 1. Da die Lebenserwartung kontinuierlich steigt – im Landkreis Tübingen liegt sie mit 79,6 Jahren bei Männern und 84,4 Jahren bei Frauen bundesweit am höchsten – wird daher auch in Tübingen die Zahl der Demenzerkrankungen zunehmen.

Verschiedene Demenzformen:

Grundsätzlich unterscheidet man zwischen primären Demenzen und sekundären Demenzen.

Bei primären oder degenerativen Demenzen liegt ein Abbau von Gehirnschubstanz vor. Sekundäre Demenzen sind z.B. durch körperliche Erkrankungen, hormonelle Störungen, Elektrolytstörungen, Vitaminmangelkrankungen, Vergiftungen, Infektionen oder einen Hirntumor verursacht.

Wichtig ist diese Einteilung im Hinblick auf die Diagnose bzw. Behandlung, denn sekundäre Demenzen sind in der Regel medikamentös gut behandelbar, z.T. sogar heilbar.

Die am häufigsten auftretenden Demenzen sind:

- **Demenz vom Alzheimer-Typ:** (ca. 70 % aller Demenzen). Sie verläuft schleichend. Erste Anzeichen sind meist Gedächtnisschwäche, hinzu kommen bei fortschreitendem Verlauf deutlich erkennbare Einschränkungen der Intelligenz, des Urteilsvermögens sowie der Orientierung. Weiterhin Persönlichkeitsveränderungen im Verlauf.

Bei der Erkrankung kommt es durch die Störung des Hirnstoffwechsels zu Eiweißablagerungen und schließlich einem Absterben der Nervenzellen in verschiedenen Gehirnbereichen. Die Ursachen sind noch weitgehend ungeklärt.

- **Vaskuläre Demenzen** (Durchblutungsstörungen, Multiinfarkt-Demenzen = kleine Hirnschläge).

Diese Demenzen sind durch Ablagerungen in den Gefäßen bedingt, die die Durchblutung behindern. Sie sind üblicherweise mit einer schrittweisen Verschlechterung der geistigen Funktionen verbunden, die Erkrankung verläuft oft in Schüben. Häufig treten neurologische Symptome (v.a. Halbseitenlähmungen) sowie körperliche Störungen (Bluthochdruck, Herzinsuffizienz) auf. Verursacht wird diese Demenz durch mehrere, meist kleine, oft unbemerkte Hirninfarkte. Der Schweregrad dieser Demenz ist abhängig vom Umfang der Schlaganfälle.

- **Verwirrtheitszustände (Delir):**

Von den genannten Demenzen zu unterscheiden sind akute Verwirrtheitszustände, da sie zeitlich begrenzt sind und nur in seltenen Fällen andauern. Ursachen können sein: mangelhafte oder falsche Ernährung, Dehydrierung (zu wenig getrunken), Medikamentenüberdosierung sowie psychische Belastungen. Diese Zustände verschwinden bei entsprechender Behandlung meist recht rasch wieder.

Symptome

Die Begleiterscheinungen einer Demenz sind vielfältig und individuell unterschiedlich. Häufig werden jedoch folgende Symptome geschildert und der Verlauf der Erkrankung in drei Stadien eingeteilt:

1. Stadium: „Vergessensstadium“

- Zunehmende Vergesslichkeit
- Wahrnehmung von Veränderungen, Angst, Hilflosigkeit, Verzweiflung, Verunsicherung, Reizbarkeit, Aggressivität
- Schwindendes Selbstwertgefühl, Depression, sozialer Rückzug, Passivität
- Kampf um Erhalt der Persönlichkeit: Fassade, Verleugnen
- Verhaltensänderungen, Ängste, Depressionen, Schuldzuweisungen,
- Kontrollversuche, Rückzug, Tagesschwankungen

2. Stadium: „Verwirrtheitsstadium“

- Persönlichkeitsveränderungen, Kontrollverlust, z.T. Aggressivität
- Zunehmende Orientierungsstörungen (Personen, Zeit, Ort)
- Bewegungsdrang, Unruhe: Angst vor Alleinsein, Suche nach Geborgenheit und Orientierung, Verräumen, Verstecken von Gegenständen
- Sprachliche Verständigung wird immer schwieriger
- Auflösung der Zeitstruktur: Zunehmend Leben in der Vergangenheit, Mischen mit Gegenwart: Verwirrtheit

3. Stadium: „Leben im Gestern“

- Versinken in der Vergangenheit
- Völlige Abhängigkeit von anderen, Pflege, dem Körper und Gefühlen ausgeliefert, Kontrollverlust
- Kontakt nur noch über die Gefühlsebene möglich (Wunsch nach Geborgenheit, Sicherheit, Halt, Zuwendung)

Diagnose

Wie erkennt man eine Demenz? Wie wird die Diagnose gestellt?

Wie sehen erste Kennzeichen, Symptome aus, wo hört der „normale“ Alterungsprozess auf, wo fängt Demenz an?

Auch das Gehirn altert und arbeitet etwas langsamer als früher. Das ist völlig normal und nicht besorgniserregend. Ebenso kann es in Stress- und Überforderungssituationen kurzzeitig zu Konzentrations- und Merkfähigkeitsstörungen kommen. Wenn diese Störungen länger anhalten, zusätzliche Gedächtnislücken und Orientierungsstörungen auftreten, sollten ihre Ursachen jedoch abgeklärt werden. Denn zum einen können zugrunde liegende körperliche Erkrankungen entdeckt und behandelt werden. Zum anderen können Demenzen – frühzeitig diagnostiziert – medikamentös behandelt und ihr Verlauf positiv beeinflusst werden.

Erste Kennzeichen einer Demenz sind oft ziemlich unspezifisch, können z.B. sein:

- Vergessen zurückliegender Ereignisse
- Schwierigkeit, sich in unbekannter Umgebung zurecht zu finden (z.B. im Urlaub)
- Probleme bei der Ausführung gewohnter Tätigkeiten (z.B. Kaffee kochen)
- Nachlassendes Interesse an Arbeit oder Hobbys
- Schwierigkeiten, Entscheidungen zu treffen
- Fassade, Floskeln, Verharmlosen, Verleugnen von Defiziten in der Hirnleistung

Ziel aller diagnostischen Anstrengungen ist es, die Krankheit in dem Zeitraum zu entdecken, in dem es noch zu keinen deutlichen Leistungseinbußen gekommen ist und sie auf diesem Level aufzuhalten. Viele Angehörige stellen im Nachhinein fest, dass die Veränderungen schon sehr früh begonnen, sie aber nie an eine Demenz gedacht hätten.

Erste Anlaufstelle bei der Abklärung ist der Hausarzt. Er kennt den Patienten oft über lange Jahre und kann Veränderungen im Verhalten einschätzen und eine allgemeinmedizinische Untersuchung durchführen.

Zur genauen diagnostischen Abklärung empfiehlt sich die Überweisung zum Facharzt (Neurologen, Gerontopsychiater) oder in eine spezialisierte Gedächtnisambulanz zu einer medizinisch-psychologischen Diagnostik (Memory Clinic).

Hier erfolgt eine umfangreiche Ausschlussdiagnostik, d.h. es werden zuerst körperliche Ursachen ausgeschlossen (körperliche Grunduntersuchung, Labor). Weitere Abklärung erfolgt durch bildgebende Verfahren (CT), sowie Tests, die z.B. die Merkfähigkeit und andere kognitive Fähigkeiten messen (Minimal-Test).

Einrichtung **Gedächtnisambulanz – UKT, Neurodegenerative Erkrankungen**

Telefon: 07071 / 2985165 (Anmeldung)

Leistungen Demenzdiagnostik

Einrichtung **Memory Clinic/Gedächtnissprechstunde –
Universitätssklinik für Psychiatrie und Psychotherapie**

Calwerstraße 14, 72076 Tübingen

Telefon: 07071 / 2987126 (Anmeldung)

Leistungen

- Abklärung von Demenzstörungen
- Demenzdiagnostik

Medizinische Behandlung

Viele Demenzen – auch Alzheimer – sind medikamentös behandelbar. Zudem sind viele Kranke bereits in fortgeschrittenem Alter, d.h. körperliche Erkrankungen können auch zusätzlich auftreten. Die Behandlung dieser Erkrankungen beeinflusst auch den Verlauf der Demenz (z.B. Kreislauferkrankungen, Durchblutungsstörungen etc.) Daher ist es wichtig, in konstanter ärztlicher Behandlung zu sein.

Auch bei einer Alzheimer-Demenz gibt es mittlerweile gut erprobte Medikamente, die den Verlauf der Erkrankung verzögern, die Krankheit vielleicht auch eine Zeitlang aufhalten und somit die Lebensqualität für den Kranken möglichst lange erhalten können.

Bestimmte Symptome und Begleiterscheinungen der Demenz (nächtliche Unruhe, Schlafstörungen, Aggressivität, Depressionen) können – wenn der Kranke medikamentös gut eingestellt ist – abgeschwächt werden.

Folgende Einrichtungen sind wichtige Anlaufstellen:

- Hausarzt
- Fachärzte für Neurologie und Psychiatrie
- Memory-Clinic/Gedächtnissprechstunde: Diagnostik und Weiterbehandlung
Telefon: 07071 / 2987126
- Tagesklinik für Ältere (teilstationärer Aufenthalt)
Telefon: 07071 / 2987128
- Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Gerontopsychiatrische Station (stationärer Aufenthalt)
Telefon: 07071 / 2982684 (Pforte)
- Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus
Schwerpunkt Geriatrie/Altersmedizin (einschließlich Demenzerkrankungen),
Auszeichnung mit Qualitätssiegel Geriatrie
Telefon: 07071 / 206-0

Beratung

Die Pflege und Betreuung eines demenzkranken Menschen ist eine große Herausforderung: Es stellen sich immer neue Fragen und Situationen, in denen Beratung und Information weiter helfen können, wie z.B.:

- Wie gehe ich mit dem Kranken um?
- Welche Hilfen gibt es und wie können sie finanziert werden?
- Darf ich für den Kranken handeln, wie beantrage ich eine gesetzliche Betreuung?
- Wo finde ich als Angehöriger Entlastung und Unterstützung?

Hierzu beraten folgende Stellen und Einrichtungen:

Einrichtung	Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e.V. – Gerontopsychiatrische Beratungsstelle Telefon: 07071 / 22498
Beratungsangebote	<ul style="list-style-type: none">• Beratung und Begleitung demenzkranker Menschen• Psychosoziale Beratung von Angehörigen demenziell erkrankter Menschen• Information und Vermittlung von Unterstützungsmöglichkeiten• Beratung zu Finanzierungsmöglichkeiten• Psychische Entlastung in Gesprächen• Fachliche Begleitung Demenzkranker: Hausbesuche, Fallmanagement, Hilfeplanung• Alzheimer-Angehörigengruppe• Integratives Hirnleistungstraining für Menschen mit beginnender Demenz

Einrichtung	Betreuungsverein Landkreis Tübingen e.V. Telefon: 07071 / 9798200
Beratungsangebote	<ul style="list-style-type: none">• Information und Beratung zur rechtlichen Betreuung, Vollmachten und Patientenverfügungen

Einrichtung	Fachabteilung Soziale Angebote – Universitätsstadt Tübingen Telefon: 07071 / 204-1721
Beratungsangebote	Antrag auf Hilfe zur Pflege (ambulante Pflege)

Einrichtung	Geriatrisches Zentrum am Universitätsklinikum Tübingen Telefon: 07071 / 2986528
Beratungsangebote	<ul style="list-style-type: none">• Beratung und Unterstützung von Angehörigen demenziell Erkrankter hinsichtlich ambulanter und stationärer Hilfen• Sozialberatung

Einrichtung	Kontaktstelle für Selbsthilfe im SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V. Telefon: 07071 / 38363
Beratungsangebote	Information und Beratung bei Fragen zu gesundheitsbezogener und psychosozialer Selbsthilfe

Einrichtung	Beauftragte für Seniorenarbeit und Inklusion Universitätsstadt Tübingen Telefon: 07071 / 204-1444
Beratungsangebote	<ul style="list-style-type: none">• Auskunft über Angebote für Demenzkranke• Ggf. Vermittlung an die entsprechenden Stellen• Beratung in Fragen der Kostenübernahme

Einrichtung	Kreissenioresrat Tübingen e.V. Telefon: 07071 / 9208867
Beratungsangebote	<ul style="list-style-type: none">• Wohnberatungsstelle für Ältere• Vermittlung von Kontaktadressen, die Angebote für die Betroffenen anbieten

Einrichtung	Lebenshilfe für Menschen mit Behinderungen e.V. Telefon: 07071 / 94403
Beratungsangebote	<ul style="list-style-type: none">• Information und Beratung für Angehörige von demenziell Erkrankten• Beratung in besonderen Fällen:<ul style="list-style-type: none">• Menschen mit Behinderung und demenzieller Erkrankung – welche Hilfen kann ich in Anspruch nehmen?• Kinder von demenziell Erkrankten sind behindert – wie geht man mit dieser Situation um?

Einrichtung	Pflegedienst Riethmüller Telefon: 07071 / 66066
Beratungsangebote	Beratung (auch von Angehörigen)

Einrichtung	Pflegedienst St. Franziskus Telefon: 07071 / 9870848
Beratungsangebote	Beratung zu Hause: <ul style="list-style-type: none">• Wohnraumanpassung• Angehörigenberatung• Beratung zur Einstufung

Einrichtung	pflegemobil Tübingen GbR Telefon: 07071 / 62036
Beratungsangebote	Gezielte Beratung zuhause

Einrichtung **P.I.U.S Hauskrankenpflege**
Telefon: 07121 / 48740

Beratungsangebote Beratung für Patienten und Angehörige

Einrichtung **Sozialstation Vinzenz von Paul**
Telefon: 07071 / 20370

Beratungsangebote Beratung hinsichtlich Wohnungsanpassung, Umgang mit demenziell Erkrankten usw.

Einrichtung **Stadtseniorenrat Tübingen e.V.**
Telefon: 07071 / 49377

Beratungsangebote Beratung: An welche Einrichtungen kann man sich wenden? Wo bekommt man Hilfe?

Einrichtung **Tübinger Hospizdienste e.V.**
Telefon: 07071 / 760949

Beratungsangebote Palliativgeriatrischer Beratungsdienst, z.B. Fragen zur
Vorsorge, Patientenverfügung und zu Behandlungs-
entscheidungen am Lebensende

Hilfen für zuhause

Was bedeutet es für Angehörige, einen demenzkranken Menschen zu betreuen?

Ein nahestehender Angehöriger erkrankt an Demenz – ein Schock für die ganze Familie. Denn die Betreuung des kranken Angehörigen ist eine große Herausforderung, sie verändert auch das eigene Leben und bringt viele Schwierigkeiten mit sich. Doch es gibt zahlreiche Unterstützungsmöglichkeiten, die diese Lebenssituation erleichtern können und die man in Anspruch nehmen sollte. Je eher man Hilfen annimmt, umso länger kann man Pflege und Betreuung leisten, die eigene Kraft erhalten.

Wenn Sie einen demenzkranken Menschen betreuen:

- Nutzen Sie alle verfügbaren Informationen zur Erkrankung oder zu Unterstützungsmöglichkeiten: Diese finden Sie im vorliegenden Wegweiser oder sind bei der Gerontopsychiatrischen Beratungsstelle zu erhalten.
- Nehmen Sie möglichst frühzeitig Unterstützung an, fordern Sie sie ggf. in der Familie auch ein.
- Bleiben Sie nicht alleine, suchen Sie Möglichkeiten zum Erfahrungsaustausch und Gespräch, z.B. in der Angehörigengruppe.
- Nutzen Sie Beratungsmöglichkeiten: Gespräche entlasten und man findet gemeinsam oft leichter eine Lösung.
- Denken Sie auch an sich! Erhalten oder schaffen Sie sich Freiräume. Nur wenn Sie gut für sich sorgen, können Sie auch für den Kranken da sein.

Alzheimer-Angehörigengruppe Tübingen

Dieses Gruppenangebot findet in Kooperation mit der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige und dem Geriatrischen Zentrum statt. Angehörige von demenziell erkrankten Menschen können sich hier über ihre Erfahrungen austauschen, Informationen zur Krankheit erhalten und etwas Kraft schöpfen für den oftmals sehr anstrengenden Alltag mit den Erkrankten. Jeden ersten Donnerstag im Monat trifft sich die Gruppe unter der Leitung einer Mitarbeiterin der Beratungsstelle um 15 Uhr in der Kirchgasse 1. Die Gruppe ist eine sogenannte „offene Gruppe“, d.h. neue Teilnehmer sind jederzeit willkommen.

Einrichtung

Alzheimer-Angehörigengruppe Tübingen e.V.

Telefon: 07071 / 22498

Angebote

- Aussprachemöglichkeit und Erfahrungsaustausch
- Informationen und Beratung zur die Erkrankung und Hilfsangeboten
- Vortragsreihe „Jour fixe“

Häusliche Betreuung von Demenzkranken

Damit sich pflegende Angehörige oder Pflegekräfte auch einmal eine Auszeit gönnen können, kommen speziell geschulte DemenzbetreuerInnen für einige Stunden ins Haus. Der Patient muss seine vertraute Umgebung nicht verlassen und wird zuhause fachkundig betreut.

Einrichtung	Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Tübingen e.V. Telefon: 07071 / 700026
Betreuungsangebot und ggf. Preise	<ul style="list-style-type: none">• Aktivierender Hausbesuch: Spezielles Bewegungsangebot und Zeit für Gespräche – speziell für diejenigen, die ihre Wohnung kaum oder gar nicht mehr verlassen können.• „Wohnen mit Hilfe“: pro m² überlassener Wohnfläche leisten Studierende eine Stunde Hilfe im Monat (z.B. Hilfe im Haushalt, Garten, beim Einkaufen, zur Gesellschaft, keine pflegerischen Tätigkeiten)
Qualifikation	Alle Mitarbeiter des DRK verfügen über eine DRK-eigene Ausbildung, gezielte Ausbildung für aktivierenden Hausbesuch, Demenzschulung ist in das Gesamtkonzept integriert.

Einrichtung	Diakoniestation Tübingen Telefon: 07071 / 930421
Betreuungsangebot und ggf. Preise	Individuelle Betreuung von Demenzkranken durch erfahrene Nachbarschaftshelferinnen
Qualifikation	teilweise Fortbildungen zu Demenz

Einrichtung	Die Johanniter
	Telefon: 07071 / 989855-0
Betreuungsangebot und ggf. Preise	Individuelle Betreuung bei Demenzkranken Preise nach individueller Beratung
Qualifikation	Betreuungsassistenten, Pflegefachkräfte und ergänzende Hilfen

Einrichtung	Häusliche Krankenpflege (HKP)
	Telefon: 07073 / 913684
Betreuungsangebot und ggf. Preise	Qualifizierte Betreuung von Demenzkranken zuhause
Qualifikation	Speziell geschulte Demenzbetreuer

Einrichtung	Lebenshilfe für Menschen mit Behinderungen
	Tübingen e.V. Telefon: 07071 / 94403
Betreuungsangebot und ggf. Preise	Häusliche Betreuung (Einzelbegleitung: 21,36 Euro/Std.)

Einrichtung	Nachbarschaftshilfe Hirschau
	Telefon: 07071 / 791241
Betreuungsangebot und ggf. Preise	Nachbarschaftshelfer betreuen Demenzkranke (keine Pflege) – Angebote gelten ausschließlich in Hirschau (7,50 Euro/Std., bei Mitgliedschaft im Krankenpflegeverein 5,60 Euro/Std.)
Qualifikation	Kein speziell für Demenz geschultes Personal, ein Mitarbeiter mit Krankenpflegeausbildung

Einrichtung	Pflegedienst Riethmüller Telefon: 07071 / 66066
Betreuungsangebot und ggf. Preise	Häusliche Betreuung (30 Euro/Std. und Fahrtkosten)
Qualifikation	examinierte Krankenschwestern und Altenpflegerinnen

Einrichtung	pflegemobil Tübingen GbR Telefon: 07071 / 62036
Betreuungsangebot und ggf. Preise	Häusliche Betreuung (Fachkraft 24 Euro/Std., ergänzende Hilfskraft 21 Euro/Std.)
Qualifikation	Fachkräfte, ergänzende Hilfskräfte, Mitarbeiter mit Validationskursen, eine geriatrische Fachkraft für Gerontopsychiatrie

Einrichtung	P.I.U.S Tagestöchter Telefon: 07121 / 487474
Betreuungsangebot und ggf. Preise	Tagestöchter kommen zu Demenzkranken nach Hause (ab 26 Euro/Std. + Fahrtkosten)
Qualifikation	i.d.R. keine Pflegefachkräfte, erhalten Schulung als Pflegehelferinnen oder Betreuungsassistentinnen, Weiterbildungen und Qualifizierungsmaßnahmen finden regelmäßig statt

Einrichtung	Sozialstation Vinzenz von Paul Telefon: 07071 / 20370
Betreuungsangebot und ggf. Preise	Nachbarschaftshelfer betreuen demenziell Erkrankte Betreuungsangebot individuelle Betreuung demenziell erkrankter Menschen. Kostenübernahme durch Pflegekassen möglich
Qualifikation	Grundlagenschulung

Einrichtung	Tübinger Familien- und Altershilfe e.V. Telefon: 07071 / 980513
Betreuungsangebot und ggf. Preise	Häusliche Betreuung von Demenzkranken (10 Euro/Std., als niedrighschwelliges Betreuungsangebot anerkannt, daher Kostenübernahme durch Pflegekasse möglich)
Qualifikation	Geschulte ehrenamtliche Helfer (ca. 40 Std.), regelmäßige Fortbildungen, fachliche Supervision

Ambulante Pflegedienste

Ambulante Pflegedienste helfen, Kranke zuhause zu pflegen. Sie helfen bei der Körperpflege (d.h. beim Waschen, Duschen, Baden, Zähne putzen, Rasieren, bei der Darm- und Blasenentleerung etc.), beim Zubereiten der Mahlzeiten oder bei der Nahrungsaufnahme, beim Aufstehen und Zubettgehen, beim An- und Ausziehen, beim Laufen, Treppensteigen aber auch bei der Medikamentengabe oder beim Verbandswechsel.

Pflegedienst	Altenhilfe Tübingen gGmbH – ambulanter Dienst (Standort Bürgerheim) Telefon: 07071 / 565140
Angebote und Preise	Häusliche Kranken- und Altenpflege
Qualifikation	Examierte Alten- und Krankenpflegekräfte

Pflegedienst	belvita Pflegedienst Kranken- und Altenpflege KG Telefon: 07071 / 709975
Angebote und Preise	<ul style="list-style-type: none">• Kranken- und Altenpflege• Alle medizinischen und pflegerischen Maßnahmen in Zusammenarbeit mit einem Arzt
Qualifikation	Krankenschwestern, Altenpflegerinnen, Altenpflegehelferinnen, Pflegeassistentinnen

Pflegedienst	Diakoniestation Tübingen Telefon: 07071 / 930421
Angebote und Preise	Häusliche Kranken- und Altenpflege
Qualifikation	Pflegefachkräfte

Pflegedienst **Häusliche Krankenpflege (HKP)**

Telefon: 07073 / 913684

Angebote und Preise Kranken- und Altenpflege

Qualifikation Fachpersonal

Pflegedienst **Pflegedienst Riethmüller**

Telefon: 07071 / 66066

Angebote und Preise

- Häusliche Pflege (25 bis 30 Euro/Std. – je nach Fahrtkosten)
- Eigene 24-Stunden-Rufbereitschaft

Qualifikation Krankenschwestern und Altenpflegerinnen

Pflegedienst **pflegemobil Tübingen GbR**

Telefon: 07071 / 62036

Angebote und Preise Häusliche Pflege (Fachkraft 24 Euro/Std., ergänzende Hilfskraft 21 Euro/Std.)

Qualifikation Fachkräfte, ergänzende Hilfskräfte, Mitarbeiter mit Validationskursen

Pflegedienst **Sankt Franziskus Tübingen**

Telefon: 07071 / 9870848

Angebot Grund- und Behandlungspflege, hauswirtschaftliche Hilfen, Verhinderungspflege, Beratung

Qualifikation Gesundheits- und KrankenpflegerInnen.
AltenpflegerInnen und Hauswirtschafterinnen

Pflegedienst

Sozialstation Vinzenz von Paul

Telefon: 07071 / 20370

Angebote und Preise

- Grund- und Behandlungspflege
- hauswirtschaftliche Hilfen
- stundenweise Verhinderungspflege
- Pflegeberatung nach §37.3

Qualifikation

Pflegefachkräfte, ergänzende Hilfen

Pflegedienst

Stiftung KBF – Gemeinnützige GmbH

MSD – Mobile Soziale und Pflegerische Dienste

Tübingen

Telefon: 07071 / 920221

Angebote und Preise

- Grundpflege/Behandlungspflege
- hauswirtschaftliche Hilfen
- Beratung
- Familienpflege (Haushaltshilfe)

Qualifikation

Gesundheits- und Krankenpflegerinnen,
Altenpflegerinnen, Familienpflegerinnen,
Hauswirtschafterinnen, Ergänzungskräfte, FSJ-ler,
Praktikanten, Teilnahme an Seminaren, Fortbildungen

Hauswirtschaftliche Unterstützung

Einkaufen, Kochen, Aufräumen, Waschen, Bügeln oder Putzen – diese Tätigkeiten fallen alten und kranken Menschen oft sehr schwer. Hilfe bieten folgende Organisationen:

belvita Pflegedienst

Kranken- und Altenpflege KG

Telefon: 07071 / 709975

Diakoniestation Tübingen

Telefon: 07071 / 930421

P.I.U.S Tagestöchter

Telefon: 07121 / 48740

Sozialstation Vinzenz von Paul

Telefon: 07071 / 20370

Stiftung KBF – Gemeinnützige GmbH

MSD – Mobile Soziale und Pflegerische Dienste Tübingen

Telefon: 07071 / 920221

Tübinger Familien- und Altershilfe e.V.

Telefon: 07071 / 980513

Essen auf Rädern

Anbieter

Die Johanniter

Kreisverband Tübingen

Hegelstraße 1/1, 72072 Tübingen

Telefon: 07071 / 98 98 55 30

Lieferung

- Tiefkühlmenüs wöchentlich
- Tägl. Heianlieferung auch an WE und Feiertagen
- Lieferung warm in und um T, Rt, teilw. Rottenbg.
- Kalt: Dettenhausen, teilw. auch Alb

Angebot

- Vollkost
- Vegetarische Kost
- Leichte Kost
- Diabetikerkost
- Sonderkostformen (cholesterinarm, Dialysekost etc.)

Preise

Tiefklkost: 4,90 bis 8,90 Euro

Mittagsmen (frisch): 5,80 bis 9,40 Euro

zuszl. Abendessen: 4,60 Euro;

zuszl. Suppe oder Dessert: 1,55 Euro

Sonstiges

- Mikrowelle, Aufwrmgert, Tiefkhlbox kann gemietet werden (vgl. Prospekt dazu)
- Lieferung im umweltfreundlichen Mehrwegbehlter

Anbieter	DRK Kreisverband Tübingen Steinlachwasen 26 72072 Tübingen Telefon: 07071 / 70 00 22
Lieferung	<ul style="list-style-type: none">• Wochenpaket für 7 Tage, nur tiefgekühlt,• Auslieferung Montag bis Mittwoch• A la carte in Schalen; individuelle Zusammenstellung möglich• Lieferung im gesamten Landkreis Tübingen
Angebot	<ul style="list-style-type: none">• Vollkost (Premium)• Diabetikerkost• Leichte Kost• Vegetarische Kost• natriumreduzierte• cholesterinbewusste• kalorienreduzierte Kost• mundgerechte/pürierte Kost• kleine Portionen
Preise	4,20 bis 8,40 Euro
Sonstiges	<ul style="list-style-type: none">• Dampfgargerät kann kostenlos getestet, anschließend gemietet bzw. gekauft werden• Kostenloses Probeessen

Anbieter	KBF Neckar-Alb / ASB Fürststraße 125 72072 Tübingen Telefon: 07071 / 920220
Lieferung	<ul style="list-style-type: none">• Montag bis Freitag warmes Essen, frisch gekocht, kaltes Abendessen• Am Wochenende und an Feiertagen Tiefkühlkost in Schalen
Angebot	<ul style="list-style-type: none">• Vollkost/leichte Vollkost• Vegetarische Kost• Diabetikerkost• Zu jeder warmen Mahlzeit gibt es einen Nachtisch• Auf Wunsch statt Salat/Dessert Suppe
Preise	ca. 5,50 Euro
Sonstiges	<ul style="list-style-type: none">• Alle Gerichte werden auch teilweise oder ganz passiert angeboten• Kostenloses Probeessen• Umweltfreundliches Mehrwegsystem

Anbieter	Neues Tübinger Sozialwerk Hindenburgstraße 41 72127 Kusterdingen Telefon: 07071 / 36 59 351 Zubereitung: Fernküche Goller Pliezhausen
Lieferung	<ul style="list-style-type: none">• Montag bis Freitag warmes Essen, täglich frisch gekocht• Einzelbestellungen möglich• Lieferung nach Tübingen und teilw. Vororte
Angebot	<ul style="list-style-type: none">• Vollkost• Salatmenü• wahlweise Hähnchen oder vegetarische Pizza• Diabetikerkost• Vegetarische Kost
Preise	<ul style="list-style-type: none">• zwischen 6,26 Euro und 6,58 Euro• Günstigeres Menü (Hähnchen, Pizza): 5,67 Euro
Sonstiges	<ul style="list-style-type: none">• Bestellen und abbestellen von heute auf morgen Speiseplan auch im Internet unter: www.goller-fernkueche.de/menue• Täglich frisch gekocht

Anbieter	Diakoniestation Hechinger Straße 13 72072 Tübingen Telefon: 07071 / 93 04 21 Zubereitung: Pauline-Krone-Heim
Lieferung	<ul style="list-style-type: none">• Montag bis Sonntag warmes Essen• Einzelbestellungen möglich• Zuständig für Tübingen – Stadtgebiet
Angebot	<ul style="list-style-type: none">• Vollkost• Diabetikerkost• Leichte Kost• Vegetarische Kost• Zu jedem Menü gehören Salat und Suppe, Obst und / oder ein Nachtisch
Preise	Warm: 7,10 Euro
Sonstiges	Auslieferung auf Porzellangeschirr im Styropor-Wärmebehälter

Anbieter	Luise-Poloni-Heim Neuhaldenstraße 14 72074 Tübingen Zuständige: Frau Schütterle, Herr Baier Telefon: 07071 / 987 08 35
Lieferung	<ul style="list-style-type: none">• Montag bis Sonntag warmes Essen• Menü besteht aus Vorspeise, Hauptgericht, Dessert• Lieferung nach Lustnau und Pfrondorf
Angebot	<ul style="list-style-type: none">• Besondere Kost bei Kau- u. Schluckstörungen (ansprechend püriert)• Bei Bedarf einige Diätformen möglich, z.B. hochkalorisch oder eiweißreich
Preise	6,90 Euro pro Mahlzeit
Sonstiges	<ul style="list-style-type: none">• Lieferung in Porzellangeschirr• Auf Wunsch täglich oder nur an bestimmten Tagen

Anbieter	Goller Fernküche Gustav Goller Siemensstraße 5 72124 Pliezhausen Telefon: 07127 / 702 97
Lieferung	<ul style="list-style-type: none">• Montag bis Freitag warmes Essen• Liefergebiet: Großraum Reutlingen, Tübingen, Rottenburg, Hechingen, Metzingen, Bad Urach, Nürtingen, Kirchheim, Böblingen, Stuttgart
Angebot	<ul style="list-style-type: none">• Vollkost• Leichte Normalkost• Salatmenü• wahlweise Hähnchen oder vegetarische Pizza• Vegetarische Kost• Diabetikerkost
Preise	Auf Anfrage
Sonstiges	<ul style="list-style-type: none">• Bestellung am Vortag• Täglich frisch zubereitet, ausschließlich frische Zutaten• Kaum mit Zusatzstoffen und Konservierungsmitteln versehene Fertigprodukte• Lieferung in Aluminium-Menüschalen, Mehrportionschalen oder Thermobehältern• Speiseplan auch im Internet unter: www.goller-fernkueche.de/menue

Sonstige Hilfen und Einrichtungen

(Fortbildungen, Gedächtnistraining, Hausnotrufe, Sanitätshäuser, Selbsthilfegruppen ...)

Einrichtung	Altenhilfe Tübingen gGmbH – ambulanter Dienst (Standort Bürgerheim) Telefon: 07071 / 565140
Leistungen	<ul style="list-style-type: none">• Schulung von Angehörigen in Kursen oder zuhause• Essen auf Rädern

Einrichtung	Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e.V. Telefon: 07071 / 22498
Leistungen	<ul style="list-style-type: none">• Alzheimer-Angehörigen-Gruppe in Kooperation mit Geriatrischem Zentrum (jeden ersten Donnerstag im Monat)• Integratives Hirnleistungstraining für Menschen am Beginn einer Demenz• Regelmäßige Vortragsreihe „Jour Fixe“• Vorträge und Fortbildungen auf Anfrage

Einrichtung	Brillinger GmbH & Co. KG Telefon: 07071 / 41040
Leistungen	Sanitätshaus, Krankenpflege-Hilfsmittel

Einrichtung	Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Tübingen e.V. Telefon: 07071 / 700026
Leistungen	<ul style="list-style-type: none">• Hausnotruf (einmaliger Anschlusspreis 10,49 Euro, mit Pflegestufe 19,99 Euro/mtl., ohne 38,35 Euro/mtl.)• Bewegungsprogramm (2,50 Euro/Std.)• Seniorengymnastik• „Café Augenblick“ <p>Als Angehörige oder Angehöriger bietet diese Gruppe Entlastung und freie Zeit. Für unsere Gäste bietet die Gruppe Wertschätzung, Zuwendung und Förderung vorhandener Fähigkeiten, Aktivierung und Bewegung im geschützten Rahmen, Aufbau neuer Kontakte und Beziehungen.</p>

Einrichtung	Die Johanniter Telefon: 07071 / 98985572
Leistungen	Hausnotruf (einmalige Anschlussgebühr 10,23 Euro, monatl. 17,90 Euro)

Einrichtung	Häusliche Krankenpflege (HKP) Telefon: 07073 / 913684
Leistungen	Fortbildung in Kombination mit häuslicher Betreuung

Einrichtung	HIRSCH Begegnungsstätte Telefon: 07071 / 22688
Leistungen	Spiele zum Gedächtnistraining, im Winterhalbjahr dienstags um 15 Uhr (1 Euro/Std.)

Einrichtung	Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung Tübingen e.V.
	Telefon: 07071 / 94403
Leistungen	Demenziell Erkrankte können an Gruppenangeboten teilnehmen (z. B. Sport, Musik und Singen, Kochen, ...)

Einrichtung	LebensPhasenHaus
	Telefon: 07071 / 29-72058 oder 07071 / 29-77636 (Sekretariat)
	Das LebensPhasenHaus ist ein Ort für Forschung, Demonstration und Wissenstransfer. Im Rahmen des Projekts wird untersucht, wie intelligente Technik erfolgreich im Alltag eingesetzt werden kann, um älteren und pflegebedürftigen Menschen – darunter auch Menschen mit Demenz – ein möglichst langes selbstbestimmtes Leben im eigenen Haus oder der eigenen Wohnung zu ermöglichen. Gerne können Sie sich im LebensPhasenHaus zu diesen Themen und zu barrierefreiem Wohnen informieren sowie diverse Assistenzsysteme in einer wohnlichen Umgebung ausprobieren. Wir freuen uns auf Sie!
Leistungen	Öffnungszeiten: Freitags von 13.00 bis 17.00 Uhr Veranstaltungsreihe im LebensPhasenHaus: Wie wollen wir in Zukunft leben? Jeden 1. Freitag im Monat um 17.00 Uhr. Der Eintritt ist frei.

Einrichtung	Nusser und Schaal GmbH
	Telefon: 07071 / 130315
Leistungen	Sanitätshaus

Betreuung außer Haus

Tagespflege

In der Tagespflege werden Kranke tagsüber betreut, damit Angehörige stundenweise entlastet werden und z.B. ihrer Arbeit oder ihren Hobbys nachgehen können.

In diesen Einrichtungen wird nicht nur gepflegt und gemeinsam gegessen, sondern es werden auch abwechslungsreiche Beschäftigungen angeboten: Es wird gesungen, gespielt, bewegt oder Zeitung gelesen. Wer mag, kann ein Mittagsschläfchen halten.

Einrichtung	Altenhilfe Tübingen gGmbH (Standort Bürgerheim) Telefon: 07071 / 565140
Öffnungszeiten	Montag bis Freitag von 7.45 bis 17.00 Uhr
Hol- und Bringdienst	ja

Einrichtung	belvita Pflegedienst Kranken- und Altenpflege KG Telefon: 07071 / 709975
Öffnungszeiten	Montag bis Sonntag von 8.30 bis 17.00 Uhr
Hol- und Bringdienst	ja

Einrichtung	Luise-Poloni-Heim Telefon: 07071 / 98700
Öffnungszeiten	Sehr flexibel, integrierte Tagespflege von 7.00 – 20.30 Uhr, auch halbtags möglich, auch am Wochenende
Hol- und Bringdienst	ja

Einrichtung **Pflegeresidenz Vinzenz von Paul**
 Telefon: 07071 / 56553-0

Öffnungszeiten

Hol- und Bringdienst

Einrichtung **P.I.U.S Tagestöchter**
 Telefon: 07121 / 487474

Öffnungszeiten

Hol- und Bringdienst ja

Einrichtung **Samariterstift im Mühlenviertel**
 Telefon: 07071 / 750690

Öffnungszeiten Täglich, auch halbe Tage

Hol- und Bringdienst ja (an Werktagen)

Einrichtung **Seniorentreff im Schönblick –
 pflegemobil Tübingen GbR**

Telefon: 07071 / 709896

Öffnungszeiten Montag bis Freitag von 7.00 bis 16.00 Uhr,
 Montag, Mittwoch, Freitag (bei Bedarf Mo bis Fr)
 zusätzlich eine separate Gruppe (max. 6 Personen) für
 Demenzkranke mit besonderen Verhaltensweisen,
 auch Weglauftendenz

Hol- und Bringdienst ja

Einrichtung	Stiftung KBF - Gemeinnützige GmbH Tagespflege für Ältere Telefon: 07071 / 9168-10 oder -11
Öffnungszeiten	Montag bis Freitag Fr von 8.00 bis 16.00 Uhr
Hol- und Bringdienst	ja

Kurzzeitpflege

In den nachfolgenden Einrichtungen können Kranke vorübergehend Tag und Nacht betreut und gepflegt werden, wenn

- sie nach einem Klinikaufenthalt nicht sofort nach Hause können oder
- Angehörige sie wegen Urlaub, Krankheit oder Überlastung nicht zuhause pflegen können.

Die Kosten der Kurzzeitpflege (höchstens 28 Tage, maximal 1.612 Euro) können von der Pflegeversicherung übernommen werden.

Einrichtungen

Altenhilfe Tübingen gGmbH

Bürgerheim und Pauline Krone Heim

Telefon: 07071 / 5651419

Karolinenstift Tübingen

Telefon: 07071 / 92680

Luise-Poloni-Heim

Telefon: 07071 / 98700

Luise-Wetzel-Stift

Telefon: 07071 / 6040

Pflegeresidenz Vinzenz von Paul

Telefon: 07071 / 56553-0

Samariterstift im Mühlenviertel

Telefon: 07071 / 750690

Pflegeheime

Die Mehrzahl älterer Menschen möchte so lange wie möglich zuhause leben. Mit Hilfe eines gut ausgebauten Angebotes an häuslichen Hilfen ist das vielfach möglich – auch für demenziell erkrankte Menschen.

Doch in manchen Fällen ist diese Unterstützung nicht mehr ausreichend oder nicht möglich. Wann ist es an der Zeit, eine Heimübersiedlung in Betracht zu ziehen?

- Bei starken Verhaltensproblemen des Kranken, die medikamentös nicht beeinflussbar sind, z.B. Aggressivität, Tötlichkeiten, starker Bewegungsdrang
- Bei anhaltender nächtlicher Unruhe, die den Angehörigen den Schlaf raubt
- Bei großer psychischer Belastung, Erschöpfung oder Erkrankung der Pflegeperson, besser natürlich, bevor es so weit kommt!
- Bei seit jeher angespannter Beziehung zwischen dem Kranken und den Angehörigen
- Wenn der demenzkranke Mensch keine Angehörigen hat oder diese weit weg wohnen und der Kranke nicht allein gelassen werden kann, starke Ängste hat und droht, zu vereinsamen
- Bei ungeeigneter Wohnsituation und zunehmenden Bewegungseinschränkungen des Kranken
- Bei zusätzlichen körperlichen Gebrechen
- Bei Verwahrlosung

Es empfiehlt sich, bereits frühzeitig Pflegeheime zu besichtigen und den Kranken vorsorglich anzumelden. Denn es kann auch unerwartet eine gesundheitliche Verschlechterung eintreten, die eine Heimübersiedlung rasch erforderlich macht.

Gerade bei der Auswahl eines Pflegeheimes für Demenzkranke gilt es, bei der Auswahl auf bestimmte Kriterien und Voraussetzungen zu achten. Hierbei kann die Liste im Anhang behilflich sein.

Beratung und Information über die Einrichtungen erhalten Sie bei den Pflegeheimen oder der Gerontopsychiatrischen Beratungsstelle.

Altenhilfe Tübingen gGmbH
 (Pauline-Krone-Heim, Bürgerheim,
 Pflegeheim Pfrondorf)
 Telefon 07071 / 565140



Konzept

Integrativer Wohnbereich	ja
Spezieller Wohnbereich	nein
Anzahl Heimplätze für demenziell Erkrankte	
Bürgerheim:	31
Pauline-Krone-Heim:	110
Pflegeheim Pfrondorf	15

Milieutherapeutische Ausrichtung

Allgemein

- Farbliche Gestaltung und klare Aufteilung tragen dazu bei, dass demenziell Erkrankte nicht überfordert werden
- Bekannte Einrichtungsgegenstände sowie Bilder und Schlüsselbegriffe geben Sicherheit und Orientierung
- Ausstattung mit Aktivierungsmaterial
- Küchen- und Aufenthaltsbereiche bieten biographische Anknüpfungsmöglichkeiten
- Gemütliche Sitzmöglichkeiten im Innenhof

Beschützender Freibereich	nein
---------------------------	------

Gewährleistung der Sicherheit für unruhige Bewohner/innen

- Spezielles biographisches Wissen der Pflegekräfte führt oft zur Entschärfung der Situation
- Angewandte Gesprächs- und Verhaltenstechniken: Realitätsorientierungstraining, Validation oder Basale Stimulation

- Vermeidung des Weglaufens: Kommunikative Schulung, Wahrnehmen der Anzeichen und Reaktion im Notfall
- Bei bekannter Weglaufgefahr wird dokumentiert, wohin die Bewohner ggf. streben

Lebensgestaltung

Eigene Möbel	ja
--------------	----

Tagesstrukturierende Maßnahmen

- Sinnstiftende Tätigkeiten (z.B. Mithilfe bei Haushaltstätigkeiten)
- Tägliche Aktivierungsangebote (z.B. Zeitungs-, Spiel- oder Kreuzworträtselrunden), Kochen, Gymnastik oder Sturzprophylaxe
- Betreuungsgruppen für demente oder orientierungslose Menschen
- Singkreis
- Gottesdienste
- Tierbesuche
- Jahreszeitliche Feste und Ausflüge

Tierhaltung erlaubt	ja
---------------------	----

Tiertherapeutische Angebote	ja
-----------------------------	----

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Gerontopsychiatrische Fachkräfte	ja
----------------------------------	----

Bezugspflege	nein
--------------	------

Betreuungsassistentinnen

- Durch anerkannte Fort- und Weiterbildung
- Unter den Betreuungsassistentinnen sind auch examinierte Pflegefachkräfte und Ergotherapeuten

Fortbildungen für Mitarbeiter/innen zum Thema Demenz

Regelmäßig, verpflichtend: mehrmals jährlich

Ärztliche Versorgung

Facharztversorgung	Nach Wunsch und Bedarf, sofern möglich
--------------------	---

Angehörige

Angebote	Angehörigenabende
----------	-------------------

Sozialdienst

Sozialdienst	ja
--------------	----

Sonstiges

Durch Tagespflege (Bürgerheim) besteht die Möglichkeit zum Leben in einer Gemeinschaft mit aktivierenden und pflegetherapeutischen Angeboten

Christiane-von-Kölle-Stift
Telefon 07071 / 407830



Konzept

Integrativer Wohnbereich nein

Spezieller Wohnbereich ja

Anzahl Heimplätze für demenziell Erkrankte 13

Milieutherapeutische Ausrichtung

Allgemein

- Rundlauf
- Hausgemeinschaftsprinzip
- Biografiebezogene Bewohnerschilder an den Zimmertüren
- Jahreszeitliche Gestaltung der Gemeinschaftsräume
- Kräuter- und Gemüsegarten (in Kübeln, saisonbedingt)
- Möglichkeit zu hauswirtschaftlicher Betätigung (Wohnküche, Gartenarbeit)
- Unbewusst wirkende Orientierungshilfen (z.B. Handlauf, Lichtführung, Bodenbelag)
- Einbeziehung von Tieren (Streicheltiere, Aquarium)
- Vertraute Utensilien im privaten und allgemeinen Bereich
- Angebote für motorische Bedürfnisse, (z.B. altmodischer Wippnähmaschinentisch)
- Beschützter, gefährdungsarmer Freibereich
- Heitere, freundliche Farben und Materialien
- Offener Mittagstisch für Besucher

Beschützender Freibereich ja

Gewährleistung der Sicherheit für unruhige Bewohner/innen

Spezielle Warnanlage mittels „Schutzarmband“ für Bewohner mit richterlichem Beschluss

Lebensgestaltung

Eigene Möbel ja

Tagesstrukturierende Maßnahmen

- Gemeinsame Mahlzeiten in der Hausgemeinschaft
- Singen, Gebets- und Bibelrunde
- Gruppenaktivierung (Gymnastik)
- Blumen- und Gartenpflege
- Gottesdienste
- Literaturkreis
- Kegeln, Spielen, Tischgymnastik
- Cafézeit mit und ohne Programm
- Konzerte, Lesungen
- Balance und Krafttraining
- Kinonachmittag
- Hundebesuche für Bettlägerige, Clownbesuche für Bettlägerige

Tierhaltung erlaubt ja

Tiertherapeutische Angebote ja

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Gerontopsychiatrische Fachkräfte ja

Bezugspflege ja

Betreuungsassistentinnen ja

Schulung für Betreuungskräfte über IHK Reutlingen, Fortbildungen

Fortbildungen für Mitarbeiter/innen zum Thema Demenz

Regelmäßig, verpflichtend: 2 x jährlich

Ärztliche Versorgung

Facharztversorgung Neurologie, Psychotherapie

Angehörige

Angebote

- Informationsabende
- Mitwirkungsmöglichkeiten
- Gesprächsrunde
- Dienstleistungsvisite

Sozialdienst

Sozialdienst

ja

Sonstiges

- Alltagsorientierte personenzentrierte Pflege und Betreuung
- Hausgemeinschaften
- Palliative Betreuung
- Dementia Care Mapping (DCM)

Karolinenstift Tübingen

Telefon 07071 / 92680



Konzept

Integrativer Wohnbereich	ja
Spezieller Wohnbereich	nein
Anzahl Heimplätze für demenziell Erkrankte	Keine Mindest- oder Maximalzahl

Milieutherapeutische Ausrichtung

Allgemein

Beschützender Freibereich	nein
Gewährleistung der Sicherheit für unruhige Bewohner/innen	

Tagesbetreuung

Lebensgestaltung

Eigene Möbel	ja
--------------	----

Tagesstrukturierende Maßnahmen

- Tagesbetreuung mit verschiedenen Angeboten
- Einzelbetreuung für Bettlägerige

Tierhaltung erlaubt	ja
---------------------	----

Tiertherapeutische Angebote	ja
-----------------------------	----

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Gerontopsychiatrische Fachkräfte	nein
----------------------------------	------

Bezugspflege	ja
--------------	----

Betreuungsassistentinnen

- Fortbildung zur integrativen Validation nach Nicole Richard
- Umgang mit Demenz
- Fallbesprechungen

Fortbildungen für Mitarbeiter/innen zum Thema Demenz

Regelmäßig, verpflichtend: mind. 1 x jährlich

Ärztliche Versorgung

Facharztversorgung

Zahnmedizin, Urologie, Neurologie, Augenheilkunde, Dermatologie

Angehörige

Angebote

- Informationsabend, Angehörigenabend
- Teilnahme bei Veranstaltungen
- Jahreszeitliche Feste und Feiern

Sozialdienst

Sozialdienst ja

Sonstiges

Luise-Poloni-Heim
Telefon 07071 / 98700



Konzept

Integrativer Wohnbereich nein

Spezieller Wohnbereich ja

Anzahl Heimplätze für demenziell Erkrankte 30

Milieutherapeutische Ausrichtung

Allgemein

- Geräumige Aufenthaltsbereiche
- Flure und Aufenthaltsbereiche sehr hell
- Keine Flurenden, sondern Aufenthaltsbereiche mit anregender Ausstellung: Nähecke, Werkecke, „Arbeitsmaterial“

Beschützender Freibereich ja

Gewährleistung der Sicherheit für unruhige Bewohner/innen

- Viel Platz und Bewegungsmöglichkeiten im Wohnbereich
- Offene Wohnküchen und offener Pflegestützpunkt im Zentrum
- Ausgangstür ohne Aufforderungscharakter
- Haupteingang weit von Straße entfernt

Lebensgestaltung

Eigene Möbel ja

Tagesstrukturierende Maßnahmen

- Beteiligung an hauswirtschaftlichen Tätigkeiten (Wohnküche)
- Gartenarbeit, Hilfe bei Tierhaltung (Ziegen, Hasen)
- Unterschiedliche Gruppen- und Einzelangebote (Bewegung, Singen, basale Stimulation, Erzählrunden)

Tierhaltung erlaubt ja

Tiertherapeutische Angebote ja

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Gerontopsychiatrische Fachkräfte ja

Bezugspflege ja

Betreuungsassistentinnen ja

Stiftung St. Franziskus (Träger) hat in Zusammenarbeit mit IHK 160-stündige Schulung entwickelt und durchgeführt

Fortbildungen für Mitarbeiter/innen zum Thema Demenz

Regelmäßig, verpflichtend: 2 x jährlich

Ärztliche Versorgung

Fachärztliche Betreuung:

Fachärzte aller Fachrichtungen

Angehörige

Angebote

- Angehörigenabende
- Lebensqualitätsvisite mit Angehörigen
- Schulungen für Angehörige

Sozialdienst

Sozialdienst ja

Sonstiges

- Offenes Haus (Besuch und Beteiligung jederzeit möglich)
- Teilnahme an jahreszeitlichen Festen und Feiern
- Ausflüge
- Bezugspflegefachkraft als feste Ansprechpartnerin

Luise-Wetzel-Stift
Telefon 07071 / 6040



Konzept

Integrativer Wohnbereich	ja
--------------------------	----

Spezieller Wohnbereich	ja
------------------------	----

Anzahl Heimplätze für demenziell Erkrankte 102 integrativ, 18 speziell

Milieutheraeutische Ausrichtung

Allgemein

- Rundlauf
- Direkter Zugang zu Terrasse
- Gemeinschaftsräume
- Zimmer individuell eingerichtet
- Orientierungshilfen

Beschützender Freibereich	ja
---------------------------	----

Gewährleistung der Sicherheit für unruhige Bewohner/innen

Therapie, Aktivierung nach Bedarf

Lebensgestaltung

Eigene Möbel	ja
--------------	----

Tagesstrukturierende Maßnahmen

Individuell nach Bedarf: Aktivierung, Therapie, Musiktherapie, Gottesdienste

Tierhaltung erlaubt	ja
---------------------	----

Tiertherapeutische Angebote	ja
-----------------------------	----

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Gerontopsychiatrische Fachkräfte ja

Bezugspflege ja

Betreuungsassistentinnen Fortbildungstage

Fortbildungen für Mitarbeiter/innen zum Thema Demenz

Regelmäßig, verpflichtend: mehrmals jährlich

Ärztliche Versorgung

Facharztversorgung Alle fachärztlichen Richtungen

Angehörige

Angebote Angehörigenabende

Sozialdienst

Sozialdienst ja

Sonstiges

Pflegeresidenz Vinzenz von Paul
Telefon 07071 / 565530



Konzept

Integrativer Wohnbereich	ja
Spezieller Wohnbereich	ja
Anzahl Heimplätze im geschützten Bereich	15
Anzahl der Heimplätze, allgemein	74

Milieutherapeutische Ausrichtung

Allgemein

- Moderne und offene Architektur mit hellen, freundlichen Farben
- Geräumiger Ess- und Aufenthaltsbereich
- Gemütliche Ausstattung mit alten Möbeln und Bildern
- Gemütliche Sitzecke
- Bewegungsmöglichkeiten im Wohnbereich
- Ausstattung mit Aktivierungsmaterial
- Einbeziehung von Tieren (Kanarienvögel)
- Frei zugängliche Balkone mit Sitzgelegenheiten, Dachterrasse
- Jahreszeitliche Gestaltung des Wohnbereiches

Beschützender Freibereich	nein
---------------------------	------

Gewährleistung der Sicherheit für unruhige Bewohner/innen:

- Elektronisches Weglaufschutzsystem mit richterlichem Beschluss für Bewohner/ Bewohnerinnen mit Weglauftendenz
- Bewegungsmöglichkeiten im Wohnbereich
- Im speziellen Wohnbereich unauffällige Ausgangstür
- Kontinuierliche Betreuung der Bewohner/innen

Lebensgestaltung

Eigene Möbel ja

Tagesstrukturierende Maßnahmen

- Gemeinsame Mahlzeiten im Gemeinschaftsraum
- Betreuung durch speziell geschultes Betreuungspersonal
- Einzel – und Gruppenaktivierung
- Biografiearbeit
- Gedächtnistraining
- Liederkreis
- Gesellige Abendrunde
- „In Bewegung kommen – in Bewegung bleiben“
Projekt zur Förderung der körperlichen, geistigen und psychischen Beweglichkeit
- Kulturelle Veranstaltungen
- Jahreszeitliche Feste
- Fahrbarer Kiosk, der wöchentlich in die Wohnbereiche fährt
- Seelsorge: individuelle Begleitung durch speziell geschultes Personal, regelmäßige katholische und evangelische Gottesdienste

Tierhaltung erlaubt ja

Tiertherapeutische Angebote nein

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Gerontopsychiatrische Fachkräfte ja

Bezugspflege ja

Betreuungsassistent/innen

- Anerkannte Fort- und Weiterbildungen
- Unter den Betreuungsassistent/innen sind diplomierte Sozialpädagoginnen

Fortbildungen für Mitarbeiter/innen zum Thema Demenz

Regelmäßig, mehrmals jährlich

Ärztliche Versorgung

Facharztversorgung

Alle fachärztlichen Richtungen

Angehörige

Angebote

- Angehörigenabend
- Kundenorientierte Pflegeplanungsgespräche
- Mitwirkungsmöglichkeit im Ehrenamt mit Treffen und Fortbildungen

Sozialdienst

Sozialdienst

ja

Sonstiges

- Kooperation mit den katholischen Kirchengemeinden
- Palliative Betreuung durch speziell weitergebildetes Personal
- Teilnahme an Generationsbrücke Deutschland
- Ehrenamtliche Mitarbeiter/innen

Samariterstift im Mühlenviertel

Telefon 07071 / 750690



Konzept

Integrativer Wohnbereich	ja
Spezieller Wohnbereich	ja
Anzahl Heimplätze für demenziell Erkrankte	80 Heimplätze, davon 24 in „beschützten“ Hausgemeinschaften

Milieutherapeutische Ausrichtung

Allgemein

- Vielfältige Bewegungsmöglichkeiten in Haus und Garten
- Sitzmöglichkeiten an Endpunkten
- Rundgänge
- Beschützter Garten mit Hochbeeten (teilweise mit Rollstuhl unterfahrbar)

Beschützender Freibereich	ja
---------------------------	----

Gewährleistung der Sicherheit für unruhige Bewohner/innen

- Hausgemeinschaften mit Alltagsbegleiterinnen
- Alltagsorientierung und Beschäftigungsmöglichkeiten (z.B. beim Zubereiten von Mahlzeiten helfen)
- Armbandsender für Bewohner mit richterlichem Beschluss
- Validation

Lebensgestaltung

Eigene Möbel	ja
--------------	----

Tagesstrukturierende Maßnahmen

- Alltagsorientierter Tagesablauf
- Gemeinsame Mahlzeiten
- Rituale
- Einbindung in hauswirtschaftliche Tätigkeiten
- Basale Stimulation
- Kulturelle Veranstaltungen, Feste und Ausflüge
- Biografieorientierte Begleitung und Betreuung
- Gedächtnistraining
- Jahreszeitliche Gestaltung
- Malgruppe
- Singkreis
- Gymnastik
- Gottesdienste
- Stammtisch
- Erzähl- und Tanzcafé

Tierhaltung erlaubt	ja
Tiertherapeutische Angebote	ja
Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter	
Gerontopsychiatrische Fachkräfte	ja
Bezugspflege	ja

Betreuungsassistentinnen

Regelmäßige Schulungen, Fortbildungen hausintern

Fortbildungen für Mitarbeiter/innen zum Thema Demenz

Regelmäßig, verpflichtend: mehrmals im Jahr

Ärztliche Versorgung

Facharztversorgung

Alle fachärztlichen Richtungen
(soweit möglich)

Angehörige

Angebote

- Dienstleistungsvisite
- Einzelgespräche
- Angehörigenabende
- Fallbesprechungen/Runde Tische
- Ethische Fallgespräche

Sozialdienst

Sozialdienst

ja

Sonstiges

- Einmal monatlich spezielles Gottesdienstangebot für Bewohner/innen in den gerontopsychiatrischen Hausgemeinschaften
- Spezialisierung auf palliative Betreuung und Begleitung
- Kooperationen mit Kirchengemeinden, Schulen, Bürgervereinen, Hospizdiensten, Tübinger Projekt
- Begleitung von ehrenamtlichen Mitarbeitern durch kostenlose Fortbildungen, z.B. zum Thema Demenz
- Kurzzeitpflegeplatz in gerontopsychiatrischer Hausgemeinschaft
- Teilnahme an Generationsbrücke Deutschland
- Café Auguste, monatlicher offener Treff für Menschen mit Demenz und deren Angehörige

Neue Wohnformen für Menschen mit Demenz

Ambulant betreute Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz gewinnen zunehmend an Bedeutung, da sie sich als Betreuungsform für Menschen mit demenziellen Einschränkungen gut eignen. Auch in Tübingen besteht bereits eine WG, eine weitere ist in Planung.

In Demenz-Wohngemeinschaften teilen sich meist sechs bis zwölf an Demenz erkrankte Menschen eine Wohnung. Jedes WG-Mitglied bewohnt ein eigenes Zimmer mit eigenen Möbeln. Küche, Wohnzimmer und Bäder werden gemeinsam benutzt. Neben einer Präsenzkraft werden die Bewohner von einem ambulanten Pflegedienst versorgt. Ganz wichtig ist auch die Einbindung von Angehörigen und ggf. Ehrenamtlichen in dieses Konzept.

Das Konzept der Demenz-WG bietet die Chance, dass Demenzkranke länger möglichst selbstbestimmt leben können. Angehörige werden entlastet, können aber gleichzeitig Verantwortung übernehmen und sich mit beteiligen. Für die BewohnerInnen kann die WG zu einer vertrauten Umgebung werden: die Gruppe ist überschaubar, das Leben wie in einer großen Familie. All das vermittelt Geborgenheit und hilft bei der Orientierung.

Pflege-Wohngemeinschaft Alte Weberei in Lustnau

Gemeinsam Leben gestalten

Seit über zehn Jahren setzt die Samariterstiftung in ihren Altenpflegeeinrichtungen auf das Hausgemeinschafts-Konzept. Besonders Menschen mit einer demenziellen Erkrankung profitieren vom Zusammenleben in den kleinen Gruppen mit dezentraler Organisation und gemeinsam gestalteter Tagesstruktur.

Es war also nur eine Frage der Zeit, bis die Samariterstiftung die erste ambulant betreute trägerverantwortete Wohngemeinschaft in Pfullingen eröffnete. Seit August 2015 gibt es auch in Tübingen-Lustnau auf dem ehemaligen Gelände der Frottier-Weberei Egeria die Pflege-Wohngemeinschaft Alte Weberei. Als Teil einer Baugemeinschaft hat die Samariterstiftung eine große Wohnung mit sieben Plätzen für jüngere demenziell Erkrankte gebaut. Alle Bewohnerinnen und Bewohner haben ein helles Zimmer mit eigenen Möbeln ausgestattet. Gemeinsam bewohnen sie das Wohn- und Esszimmer mit der offenen Küche und teilen sich die beiden Duscbäder. Die große Terrasse liegt im Gemeinschaftsgarten. Hier treffen sich die Hausbewohnerinnen und Hausbewohner aller Generationen.

Die Pflege-Wohngemeinschaft wird von der Diakoniestation Dettenhausen, dem ambulanten Dienst der Samariterstiftung, betreut. Rund um die Uhr ist eine Präsenzkraft in der Gruppe anwesend. Herzstück dieser neuen Wohnform ist das Leben wie in einer Familie, ohne dabei auf pflegerische Unterstützung verzichten zu müssen. Der ambulante Pflegedienst ist für die Gruppenmitglieder frei wählbar. Im Sinne von Quartiers-Management setzen die Verantwortlichen auf Engagement aus der Bürger- und Nachbarschaft. Auch die Angehörigen selbst können sich gerne in das Leben der Wohngemeinschaft einbringen.

Die Preise liegen in der ambulant betreuten Pflege-WG etwas höher als in einem Pflegeheim. Die Samariterstiftung sieht diese besondere Wohn- und Betreuungsform aber nicht als Konkurrenz zu den stationären Einrichtungen, sondern als konsequente Weiterentwicklung und Ergänzung der Angebotspalette.

Kontakt und weitere Infos:

Diakoniestation Dettenhausen

Wohngemeinschaften an der Ammer

- Nehmen Sie möglichst frühzeitig Unterstützung an, fordern Sie sie ggf. in der Familie auch ein.
- Wohngemeinschaft für 8 Senioren und Seniorinnen mit demenzieller Erkrankung oder nur Pflegebedürftigkeit
- Lage: direkt am Ammerkanal in Altstadt Nähe (Schleifmühlweg)
- Eigenes Zimmer mit eigenen Möbeln, gemeinsame Wohnküche, Bad und Toilette, Garten
- Assistenzdienst mit 24-Stunden-Präsenz
- Zusätzlich: frei wählbarer ambulanter Pflegedienst
- Bewohner bestimmen gemeinsam den Speiseplan und kochen gemeinsam nach Wunsch und Möglichkeit.
- Teilnahme an den hauswirtschaftlichen Tätigkeiten wie Waschen, Bügeln, Einkaufen, Aufräumen, Bett machen etc. möglich.
- Betreuung und Begleitung über den Tag durch die Assistenzkräfte: gemeinsame Gespräche, Zeitung lesen, singen, spielen, basteln, werkeln, Kuchen backen ...
- Angehörige und Bürgerschaftlich Engagierte sind mit ihren Talenten und Fähigkeiten willkommen.
- Mitbestimmung bei der Auswahl weiterer Bewohner und Bewohnerinnen, beim Tagesablauf und den verschiedenen Aktivitäten.
- In Nachbarschaft zu einer weiteren Wohngemeinschaft für pflegebedürftige Menschen ab 50 Jahren.

Kontakt:

Wohngemeinschaften an der Ammer

Geplante Pflegewohngemeinschaft im Quartier Güterbahnhof Tübingen

Eine neue Pflegewohngemeinschaft entsteht zentral in Tübingen im künftigen Quartier Güterbahnhof in einer Baugemeinschaft/Hausgemeinschaft, die verschiedene Generationen verbinden möchte. Die Wohngemeinschaft (WG) wird von den 8 Bewohnerinnen und Bewohnern selbst verwaltet und ambulant betreut.

Die Wohngemeinschaft befindet sich im 1. OG und ist mit dem Aufzug barrierefrei erreichbar. Die Wohnung umfasst 8 Einzelzimmer für alle Bewohner einen großen Wohn- und Essbereich mit Küche, seniorenrechtlichen Bädern und einem großen Gemeinschaftsbalkon. Das Konzept, die Ausstattung sind besonders am Bedarf für demenzerkrankte Bewohner ausgerichtet. Die nestbau AG Tübingen als Bauherr vermietet die Räumlichkeiten einzeln an die Bewohner der WG. Die Hausgemeinschaft verfügt auch über einen Gemeinschaftsraum, der auch von der WG genutzt werden kann. Der Förderverein „Mitten im Leben – Tübingen“ begleitet das Projekt anwaltschaftlich für die künftigen Bewohnerinnen und Bewohner, konzeptionell und in der Realisierung. Der Verein ist in der Bauphase auch Ansprechpartner für Interessierte. Geplante Fertigstellung und Erstbezug: ca. Ende 2018

Kontakt:

Förderverein ‚Mitten im Leben - Tübingen‘ e.V.

Vorstand

Ulrich Ahlert

Nürtinger Straße 32

72074 Tübingen

Telefon: 07071 5494194

E-Mail: ahlert.ulrich@arcor.de

Ralf Deininger

Beethovenstraße 14

72127 Kusterdingen

Telefon: 0176 10310035

E-Mail: ralf.deininger@t-online.de

Betreuung am Lebensende

Demenz ist ein „Abschied auf Raten“, ein langsames Abschiednehmen von einem Menschen, den man oft jahrelang gepflegt und betreut hat. Die letzte Lebensphase ist oft besonders belastend für Angehörige, die den schleichenden Krankheitsverlauf miterlebt haben.

Folgende Institutionen beraten, unterstützen und begleiten Angehörige in dieser schwierigen Zeit. Sie helfen, den Patienten ein würdevolles Sterben ohne Schmerzen oder Ängste zu ermöglichen.

Einrichtung	Tübinger Hospizdienste e.V. Telefon: 07071 / 760949
Leistungen	<ul style="list-style-type: none">• Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden, die an Demenz erkrankt sind – zu Hause, in Kliniken und Pflegeheimen.• Angehörige werden auf Wunsch mitbegleitet.
Qualifikation	<ul style="list-style-type: none">• Zwei hauptamtliche Mitarbeiter (Fachkräfte für Palliativ Care und Palliative Care mit Zusatzschwerpunkt Demenz)• Ehrenamtliche Mitarbeiter: 10 Monate geschult, beinhaltet auch spezielle Schulungseinheit zu Demenz, anschließend Weiterbildung und Supervision

Einrichtung	Tübinger Projekt – Häusliche Betreuung Schwerkranker Telefon: 07071 / 206-111 (Pflegedienstleitung/Koordination)
Leistungen	Häusliche Betreuung Schwerkranker: <ul style="list-style-type: none">• Aufgabenbereiche: Brückenpflege, spezialisierte und allgemeine Palliativversorgung, ärztlicher Konsiliardienst. Im Rahmen dieser Aufgabenbereiche werden auch Demenzerkrankte betreut.
Qualifikation	Pflegefachkräfte mit Palliative Care Weiterbildung und erfahrene Palliativmediziner Träger/Kooperationspartner: Tropenlinik Paul-Lechler-Krankenhaus und Südwestdeutsches Tumorzentrum – CCC Tübingen-Stuttgart

Pflegeberatung über die Servicetelefone der Kranken- und Pflegekassen

Viele Kranken- und Pflegekassen verfügen über ein Servicetelefon, das als erste Anlaufstelle bei Eintreten eines Pflegefalls (Was ist im Pflegefall zu tun? Wo erhalte ich Antragsformulare? ...) dienen kann. Weiterführende und individuellere Beratungen werden meistens bei den Geschäftsstellen vor Ort durchgeführt. Wenden Sie sich im Bedarfsfall an Ihre Kranken- und Pflegekasse.

Die Gerontopsychiatrische Beratungsstelle unterstützt Sie im individuellen Fall bei Antragstellungen und sonstigen weitergehenden Fragen im Zusammenhang mit der Pflege Ihres Angehörigen.

Für privat krankenversicherte Menschen gibt es eine Pflegeberatung der Privaten Pflegekassen:

„Compass“:

Telefon: 0800-101 88 00 (kostenfrei)

E-Mail: info@compass-pflegeberatung.de

Internet: www.compass-pflegeberatung.de

Finanzierungsmöglichkeiten

Leistungen der Pflegeversicherung

Im Pflegefall können Sie Leistungen bei Ihrer Pflege- bzw. Krankenkasse beanspruchen.

Um Leistungen aus der Pflegeversicherung (Pflegegeld, Sachleistungen oder eine Kombination aus beidem) zu erhalten, ist Voraussetzung:

- Antrag bei der Pflegekasse des Versicherten
- Begutachtung bei einem Hausbesuch durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen

Wenn Sie dabei Unterstützung brauchen, können Sie sich gern an die Gerontopsychiatrische Beratungsstelle wenden.

Mit der Pflegereform, die ab Januar 2017 in Kraft tritt, wurde die Definition der Pflegebedürftigkeit dahingehend verändert, dass nicht mehr ausschließlich körperlich bedingte Einschränkungen ausschlaggebend sind, sondern geistig und psychisch bedingte Einschränkungen der Selbstständigkeit bei der Einschätzung eines Pflegebedarfs gleichrangig berücksichtigt werden. Für Menschen, die an Demenz erkrankt sind, bedeutet dies einige Verbesserungen. Die bisherigen 3 Pflegestufen werden durch 5 Pflegegrade ersetzt.

Im Folgenden finden Sie einen Überblick über die Leistungen der Pflegeversicherung ab 2017:

Pflege in der häuslichen Umgebung

Betreuungs- und Entlastungsleistungen (SGB XI, §45b)

In allen Pflegegraden werden monatlich 125,00 Euro zweckgebunden gewährt. Diese Leistungen der Pflegekassen bekommen alle eingestuften Menschen einheitlich unabhängig vom Pflegegrad, sofern sie anerkannte Dienste dafür in Anspruch nehmen (nach Einreichen von Belegen). Den monatlichen Betrag kann man z.B. für Haushaltsleistungen und niedrigschwellige Entlastungsleistungen verwenden, nicht jedoch für Leistungen der Grundpflege (Ausnahme: Pflegegrad 1!).

In einem Kalenderhalbjahr nicht in Anspruch genommene Beträge können in das nächste Kalenderhalbjahr übertragen werden (Stichtag 30.6.).

Sachleistung für häusliche Pflege (SGB XI, §36)

Bei Pflege durch einen ambulanten Dienst werden monatlich folgende Leistungen gewährt:

Pflegegrad 1:	0,00 Euro
Pflegegrad 2:	689,00 Euro
Pflegegrad 3:	1298,00 Euro
Pflegegrad 4:	1612,00 Euro
Pflegegrad 5:	1995,00 Euro

Bis zu 40% der Pflegesachleistungen können, sofern sie nicht ausgeschöpft sind, für niedrigschwellige Betreuungsleistungen (§45b) eingesetzt werden. Geld- und Sachleistungen können weiterhin kombiniert werden.

Geldleistung für häusliche Pflege (SGB XI, §37)

Bei Pflege durch privat pflegende Personen werden monatlich folgende Beträge gewährt:

Pflegegrad 1:	0,00 Euro
Pflegegrad 2:	316,00 Euro
Pflegegrad 3:	545,00 Euro
Pflegegrad 4:	728,00 Euro
Pflegegrad 5:	901,00 Euro

Geld- und Sachleistungen können weiterhin kombiniert werden.

Tagespflege (SGB XI, § 41)

Diese monatliche Sachleistung für Tagespflege ist für pflegende Angehörige ein sinnvolles Entlastungsangebot. Es kann zusätzlich zu den Geld- oder Sachleistungen genutzt werden.

Pflegegrad 1:	0,00 Euro
Pflegegrad 2:	689,00 Euro
Pflegegrad 3:	1298,00 Euro
Pflegegrad 4:	1612,00 Euro
Pflegegrad 5:	1995,00 Euro

Verhinderungspflege (SGB XI, §39)

Pflegevertretung bei Verhinderung, Erkrankung oder Urlaub der Pflegeperson. In den Pflegegraden 2 bis 5 wird für Pflegevertretung jährlich ein einheitlicher Betrag von 1612,00 Euro für höchstens 42 Tage gewährt. Die Übertragungsmöglichkeiten bleiben gleich wie in 2016, d.h.:

- Die gesamte Leistung kann auch für Kurzzeitpflege verwendet werden.
- Umgekehrt können bis zu 806 Euro der Kurzzeitpflegeleistung für Verhinderungspflege umgemünzt werden.

- Bei mehrtägiger Inanspruchnahme bleibt die Höchstdauer bei maximal sechs Wochen. Genausolang wird das hälftige Pflegegeld weiterbezahlt.
- Bei stundenweiser Verhinderungspflege werden wie bisher keine Tage angerechnet.

Kurzzeitpflege (SGB XI, § 42)

Bei Urlaub oder Erkrankung der pflegenden Angehörigen, insbesondere jedoch zur Bewältigung von Krisensituationen wie z.B. Anschluss an einen Klinikaufenthalt, wird in den Pflegegraden 2 bis 5 für Kurzzeitpflege jährlich ein einheitlicher Betrag von 1612,00 Euro für 28 Tage gewährt.

Während der Zeit der Kurzzeitpflege wird das hälftige Pflegegeld bis zu vier Wochen weiter gezahlt.

Die Kurzzeitpflege kann „aufgestockt“ werden durch den gesamten Leistungsbetrag der Verhinderungspflege, also zusätzlich bis zu 1612 Euro im Jahr. Entsprechend kann sich der Anspruchszeitraum dadurch auf bis zu 56 Tage verlängern.

Umgekehrt kann die Hälfte der Leistungen (806 Euro) für Verhinderungspflege genutzt werden.

Wohnungsanpassung (SGB XI, § 40)

Für wohnumfeldverbessernde Maßnahmen (pflegebedingte Umbaumaßnahmen innerhalb der Wohnung) können in den Pflegegraden 1 bis 5 einheitlich bis zu 4000 Euro je Maßnahme bezogen werden.

Pflegehilfsmittel zum Verbrauch (SGB XI, § 40)

Pflegehilfsmittel zum Verbrauch sind z.B. Einmalhandschuhe, Bettschutzeinlagen, Desinfektionsspray.

Bis zu 40 Euro im Monat werden dafür von der Pflegekasse erstattet.

Technische Pflegehilfsmittel (SGB XI, § 40)

Damit gemeint sind z.B. Treppenlifter, Pflegebett, Rollator und Rollstuhl. Diese Hilfsmittel werden nach Zusage von Kassen zumeist leihweise und kostenfrei bzw. gegen eine Zuzahlung zur Verfügung gestellt.

Das „Poolen“ von Pflegeleistungen ist möglich. Daher können auch Pflegegemeinschaften Umbaumaßnahmen beziehen. Einzelheiten hierzu bei den Beratungsstellen oder Pflegekassen erfragen.

Soziale Sicherung der Pflegeperson

Pflegt die Hauptpflegeperson mehr als 14 Stunden pro Woche und ist sie nicht mehr als 30 Stunden pro Woche erwerbstätig, so können Beiträge zur Rente der Pflegeperson sowie zur gesetzlichen Unfallversicherung geltend gemacht werden.

Pfleges Schulung

Pflegende Angehörige und auch freiwillige Helfer können die Kursgebühren für Pflegeschulungen erstattet bekommen. Gegebenenfalls ist auch Einzelschulung zu Hause möglich.

Vollstationäre Pflege in einem Pflegeheim

Der selbst zu tragende Anteil an den Kosten eines Pflegeheimaufenthalts wird ab 2017 „einrichtungseinheitlich“ sein und je nach Pflegeheim variieren.

Das bedeutet, dass im Falle einer Höherstufung in den Pflegegraden der Eigenanteil innerhalb derselben Einrichtung gleich bleibt. Bei den niedrigen Pflegegraden wird der Eigenanteil möglicherweise etwas höher sein als bisher. „Besitzstandswahrung“ tritt jedoch in Kraft für Menschen, die bereits in 2016 in der Einrichtung lebten.

Der Zuschuss der Pflegekassen beläuft sich in vollstationären Einrichtungen in den einzelnen Pflegegraden wie folgt:

Pflegegrad 1: 125,00 Euro

Pflegegrad 2: 770,00 Euro

Pflegegrad 3: 1262,00 Euro

Pflegegrad 4: 1775,00 Euro

Pflegegrad 5: 2005,00 Euro

Nähere Informationen erhalten Sie bei der Pflegeberatung Ihrer Pflegekasse, bei den Gerontopsychiatrischen Beratungsstellen, sowie unter http://www.gesetzliche-krankenkassen.eu/leistungen_pflegeversicherung.htm

Leistungen der Pflegeversicherung ab 2017

		Pflegegrad 1	Pflegegrad 2	Pflegegrad 3	Pflegegrad 4	Pflegegrad 5
SG B XI						
§4 5	Betreuungs- und Entlastungsleistungen	125 Euro auch für §36 einsetzbar	125 Euro	125 Euro	125 Euro	125 Euro
§3 7	Pflegegeld		316 Euro	545 Euro	728 Euro	901 Euro
§3 6	Sachleistung für häusliche Pflege		689 Euro	1298 Euro	1612 Euro	1995 Euro
§4 1	Sachleistung für Tagespflege		689 Euro	1298 Euro	1612 Euro	1995 Euro
§3 9	Verhinderungspflege 1)*		1612 Euro	1612 Euro	1612 Euro	1612 Euro
§4 2	Kurzzeitpflege 2)*		1612 Euro	1612 Euro	1612 Euro	1612 Euro
§4 0	Wohnungsanpassung	4000 Euro	4000 Euro	4000 Euro	4000 Euro	4000 Euro
§4 0	Hilfsmittel wie Lifter, Rollator, Rollstuhl, Pflegebetten nach Zusage von Kassen	ja	ja	ja	ja	ja
§4 0	Pflegehilfsmittel zum Verbrauch	40 Euro	40 Euro	40 Euro	40 Euro	40 Euro
§1 23	Zuschuss zu ambulant Betreuter Wohngemeinschaft	214 Euro	214 Euro	214 Euro	214 Euro	214 Euro
§4 4	Rentenversicherung		120-140 Euro	120-140 Euro	160-280 Euro	180-420 Euro
	Pflegeheim 3)*	125 Euro	770 Euro	1262 Euro	1775 Euro	2005 Euro

- 1)* Die Leistungsbeiträge und Übertragungsmöglichkeiten bleiben gleich wie in 2016. Bei mehrtägiger Inanspruchnahme bleibt die Höchstdauer bei maximal 6 Wochen. Genauso lang wird das häftige Pflegegeld weiterbezahlt. Bei stundenweiser Verhinderungspflege werden wie bisher keine Tage angerechnet.
- 2)* Die Leistungsbeiträge und Übertragungsmöglichkeiten bleiben unverändert. Die Dauer der Inanspruchnahme wird allerdings von vier auf acht Wochen im Jahr erhöht! Das häftige Pflegegeld wird bis zu 8 Wochen weiterbezahlt.
- 3)* Der selbst zu tragende Anteil an den Kosten eines Pflegeheimaufenthalts wird bei allen Pflegegraden gleich und wird sich auf ca. 2200 Euro im Monat belaufen.

Anhang

Tipps zum Umgang mit Demenzkranken



1. Bei Gedächtnis- und Konzentrationsproblemen ist es wichtig, **so früh wie möglich einen Arzt** oder die Gedächtnissprechstunde aufzusuchen. Möglicherweise liegt eine Erkrankung zugrunde, die durch eine Behandlung geheilt oder in ihrem Fortschreiten aufgehalten werden kann.
2. Wenn die Diagnose Demenz lautet: Finden Sie den **Mut**, sich dieser Krankheit zu stellen. Sie und Ihre Familie stehen damit nicht alleine. Bei Ihrem Hausarzt, dem Facharzt für Neurologie und Psychiatrie, bei der Beratungsstelle für ältere Menschen, den Alzheimer Selbsthilfegruppen erhalten Sie Informationen **über das Krankheitsbild und Rat und Hilfe** in allen Fragen, die mit der Erkrankung und dem Umgang mit dem erkrankten Menschen zusammenhängen.
3. Das Wissen um die Krankheit erleichtert es Ihnen, den demenzkranken Menschen **zu verstehen**: seine Vergesslichkeit, sein Nicht-Verstehen, seine Schwierigkeit, sich zu konzentrieren, die zunehmende Unfähigkeit, Altgewohntes zu bewältigen, die Veränderungen in seinem Wesen.
4. Ziel eines verstehenden Umgangs ist es, **Stress zu vermeiden, Geborgenheit** zu geben und eine entspannte Atmosphäre zu bewahren.
Das Annehmen der Krankheit hilft zu dieser inneren Haltung.
5. **Sprechen** Sie langsam und deutlich und bilden Sie einfache Sätze. Geben Sie nur **eine** Mitteilung auf einmal. Wiederholen Sie wichtige Informationen bei Bedarf. Nehmen Sie Augenkontakt auf.

6. Wichtig ist es, auf den Ton zu achten. „**Der Ton macht die Musik**“: Demenzkranke haben dafür ganz feine Antennen.
7. Vermeiden Sie Diskussionen und gehen Sie Streitereien aus dem Weg. Versuchen Sie, Anschuldigungen und Vorwürfe besser zu **überhören**.
8. Geeignet für Demenzkranke sind **Themen der Vergangenheit**, besonders der Jugend. Denn das Kurzzeitgedächtnis nimmt immer mehr ab, während das Langzeitgedächtnis noch gut funktioniert; es ist das „Schatzkästle“.
9. Halten Sie einen **geregelten Tageslauf** ein und verändern Sie möglichst wenig. **Beständigkeit und Altgewohntes** geben dem Kranken Sicherheit und Halt.
10. Der Kranke braucht Anregungen und Aufgaben, die ihn **fordern, aber nicht überfordern**.
11. Binden Sie den erkrankten Menschen in den Alltag ein, **übertragen Sie ihm Aufgaben**, die er noch kann und gerne tut. Lassen Sie ihm dafür Zeit! Bauen Sie ihm „Brücken“, die es ihm erleichtern, seine Lücken zu bewältigen.
12. Wenn der Kranke Ihre Anweisungen nicht ausführen kann, deuten Sie dies nicht als Böswilligkeit: Sie können sich durch Ihr Wissen über die Krankheit auf das Niveau des Kranken einstellen. Er kann das umgekehrt nicht mehr.
13. Nicht kritisieren – das führt häufig zu Aggressionen. **Loben Sie, das tut der Seele gut** und stärkt das Selbstwertgefühl. Die Erkrankten sind dann zufriedener.

14. Sorgen Sie für **Aktivität und Bewegung**: z. B.: Spaziergang, Laubrechen, Teppichklopfen, Abtrocknen: alles, was Ihr Angehöriger sein Leben lang gerne getan hat und gut konnte. Aktivität baut Unruhe ab.
15. Bei **Antriebsarmut** lernen Sie es auszuhalten, dass Ihr Angehöriger nur dasitzt. Kein Mensch kann jemanden Stunden am Tag motivieren und beschäftigen.
16. Die Welt der Gefühle bleibt sehr lange erhalten. Gehen Sie auf die Gefühle ein: nicht: „Was ist denn heute mit Dir?“ – sondern: „Oh Mutter, ich sehe, heute bist Du traurig“. Zeigen Sie durch Ihre Stimme und Gestik **Verständnis, Ruhe und Beruhigung**.
17. Manchmal hilft eine liebevolle **Berührung** mehr als Worte.
18. Viele Demenzkranke reagieren sehr positiv auf die **Musik** ihrer Jugend und auf **Singen**.
19. Bei nächtlicher Unruhe Tagesschlaf vermeiden, abends einen Spaziergang. Bei Schlaf- und Beruhigungsmedikamenten daran denken, dass Demenzkranke oft gegenteilig reagieren (mit dem Arzt besprechen).
20. Wichtig ist ausreichende **Ernährung**, genug **trinken**, regelmäßige **Bewegung**.
21. Bei **Medikamenteneinnahme** wichtig: regelmäßige Einnahme nach Anweisung des Arztes. Leiten Sie dazu an oder geben Sie sie selber. Sollte das schwierig sein: Medikamentengabe durch einen Pflegedienst vom Arzt verschreiben lassen.

22. **Gefahren vermeiden!** Die Wohnung „sicher machen“: z. B. Herd abschalten oder Zeituhr, Rauchmelder anbringen; Medikamente und Putzmittel weg; auf Stolperfallen achten.
23. **Die Haftpflichtversicherung** des Erkrankten muss benachrichtigt werden, andernfalls ist der Versicherungsschutz in Gefahr! Informieren Sie sich bei der Versicherungsgesellschaft.

Denken Sie als Angehörige auch an sich selbst.

Holen Sie sich Information und Hilfe.

Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e. V.

Kirchgasse 1

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 2 24 98

www.altenberatung-tuebingen.de

E-Mail: info@altenberatung-tuebingen.de

Die 3 Stadien der Alzheimer-Krankheit

Bereich	Gedächtnis
---------	-------------------

- | | |
|------------|---|
| 1. Stadium | Kurzzeitgedächtnis verschlechtert sich |
| 2. Stadium | Weitere Verschlechterung
Vergessen von Namen, „langsames Versinken in der Vergangenheit“ |
| 3. Stadium | Keine Personenerkennung mehr, „Leben in der Vergangenheit“ |
-

Bereich	Verständigung, Sprache
---------	-------------------------------

- | | |
|------------|---|
| 1. Stadium | Wortfindungsstörungen |
| 2. Stadium | Wortverständnis geht verloren
Sinnlose Sprache |
| 3. Stadium | Völliger Sprachverlust: Schreien oder Schweigen |
-

Bereich	Denken
---------	---------------

- | | |
|------------|---|
| 1. Stadium | Probleme bei Urteilen, Entscheidungen, Entschlüssen |
| 2. Stadium | Wahngedanken, keine Zuordnung von Funktionen zu Gegenständen mehr |
| 3. Stadium | Nicht mehr nachvollziehbare Denkvorgänge |

Bereich **Orientierung**

1. Stadium Räumliche Desorientierung in unbekannter Umgebung

2. Stadium Herumirren auch im vertrauten Umfeld

3. Stadium Nicht mehr vorhanden

Bereich **Alltag**

1. Stadium Nur geringe Beeinträchtigung

2. Stadium Hilfe im Alltag nötig (Haushalt, Anziehen, Körperpflege)

3. Stadium Totale Hilfebedürftigkeit in allen Bereichen

Bereich **Verhalten**

1. Stadium Depressiv, passiv, Suchen u. Verstecken von Gegenständen, häufig Verleugnen und Vertuschen der Defizite

2. Stadium Unruhe, Weglaufen, Stimmungsschwankungen, Angst, Aggressivität

3. Stadium Kaum noch spontanes Verhalten, aber emotionale Reaktionen

Bereich Zeitempfinden

- 1. Stadium Schwindet
 - 2. Stadium Nicht mehr vorhanden, Tag-Nacht-Rhythmus gestört
 - 3. Stadium Nicht mehr vorhanden
-

Bereich Körperfunktionen

- 1. Stadium Unter Kontrolle
 - 2. Stadium Inkontinenz, Gangunsicherheit
 - 3. Stadium Verlust der Körperkontrolle: Inkontinenz (Harn und Stuhl), Schluckstörungen, Bettlägerigkeit, Lungenprobleme
-

Bereich Pflegebedarf

- 1. Stadium Teilweise Unterstützung nötig
- 2. Stadium Beaufsichtigung, Pflegebedarf in vielen Bereichen
- 3. Stadium Vollständig abhängig von Pflege

Wie finde ich einen geeigneten Heimplatz für meinen demenzkranken Angehörigen? Worauf muss ich achten?

Die Entscheidung, einen demenzkranken Angehörigen in ein Pflegeheim zu bringen, fällt nicht leicht. Oft ging eine lange Zeit der anstrengenden Pflege zuhause voraus.

Angehörige möchten den Kranken/die Kranke so gut wie möglich untergebracht und versorgt wissen. Um ein Heim beurteilen zu können, helfen Ihnen vielleicht die folgenden Kriterien:

An erster Stelle sollte der persönliche Eindruck der Einrichtung stehen: Wie ist die Atmosphäre? Haben Sie den Eindruck, hier könnte man sich wohlfühlen? Gibt es spezielle Betreuungskonzepte für demenzkranke Menschen und wenn ja: Wie sehen diese aus?

Folgende Punkte bei der Wahl eines Pflegeheimes sind wichtig, wenn es für demenzkranke Menschen geeignet sein soll:

Allgemein

- Übersichtliche, einfache zu erfassende Gebäudestruktur
- Spezielle, geschützte Stationen für demenzkranke Bewohner/innen, nach Möglichkeit Wohngruppen
- Eindeutige Wegführung mit wiederkehrenden Hinweisen
- Markante Gestaltung wichtiger Orte
- Unbewusst wirkende Orientierungshilfen (z.B. Handlauf, Lichtführung, Bodenbelag)

Konkrete Innengestaltung

- Möglichst helle Ausleuchtung (mind. 700 lux in Augenhöhe)
- Helle Flure
- Keine Sackgassen, sondern Rundläufe
- Beschützende Bauteile wie z. B. Nischen
- Sicher anmutende Treppen und Geländer
- Keine Verglasung bis zum Boden
- Keine verwirrenden Muster oder spiegelnde Böden
- Einfache Bedienungselemente (z. B. im Sanitärbereich)

Atmosphäre

- Stressarme, entspannende Umgebung
- Keine laute Geräuschkulisse
- Räume für überschaubare Gruppen
- Nach Möglichkeit Sichtfenster zum Flur
- Heitere, freundliche Farben und Materialien

Verringerung der Weglaufgefahr und Selbstgefährdung

- Grundriss, der eine Sichtkontrolle der Aufenthaltsbereiche und des Ausgangs erleichtert
- Unauffälliger Stationsausgang
- Wenn Aufzug vorhanden, dann mit Sicherheitscode
- Tarnung von Türen als Fenster
- Sichere, barrierefreie Gestaltung der Räume
- Beschützter, gefährdungsarmer Freibereich
- Abwechslungsreiche, sichere „Wanderwege“, als Rundwege angeordnet
- Angebote für motorische Bedürfnisse (z.B. Schaukelstuhl ...)
- Offenes Regal oder Schrank zum Räumen

Alltagsgestaltung

- Milieutherapeutische Ausrichtung
- Möglichkeit, bei hauswirtschaftlichen Tätigkeiten mitzuhelfen (Kochen, Staubwischen, Gartenarbeit ...)
- Vertraute Utensilien im privaten und persönlichen Bereich (z.B. alte Möbel)
- Berücksichtigung der individuellen Biographie in der räumlichen Gestaltung und im persönlichen Umgang (Biographiearbeit)
- Anregung zu körperlicher Aktivität
- Einbeziehung von Musik, singen
- Einbeziehung von Tieren (z. B. Stationstiere, Streichelzoo)
- Angebote und Anregungen für alle Sinne und Sinneswahrnehmungen (riechen, tasten ...)
- Flexibler Umgang mit Essens- und Schlafenszeiten (evtl. „Nachtcafé“)

Betreuungskonzept

- Weitestmögliche Beteiligung und Einbeziehung von Angehörigen und Ehrenamtlichen
- So wenig wie möglich Medikamente zur Ruhigstellung und Fixierung, so viel wie möglich persönliche Betreuung und Zuwendung
- So wenig wie möglich personeller Wechsel
- Kompetente Facharztversorgung
- Demenzgeschultes Personal (auf berufliche Qualifikation achten)
- Erhaltung von Fähigkeiten ohne Überforderung. Kein Training!
- Vielzahl von Anregungen und Aktivitäten

Erstellt von der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e.V. Tübingen und der Grundlage von Informationen von S. Heeg und der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg e.V.

Literaturliste Demenz

Ratgeber, Sachbücher

Alzheimer-Gesellschaft Baden-Württemberg e.V. (ed.):

Leben in Anderland. Broschüre 2009

Bell V. / Troxel, D.: Richtig helfen bei Demenz. München: Reinhard Verlag 2004

Bruhns, A. u.a. (eds.): Demenz – was wir darüber wissen, wie wir damit leben.
München: DVA 2012

Buijssen, H.: Demenz und Alzheimer verstehen. Weinheim: Beltz 2011

Fischer, J.D.; Schwarz, G.: Alzheimerkranke verstehen, betreuen, behandeln.
2. Aufl. Freiburg: AGJ-Verlag 1999

Förstl, H.; Krämer, G.: Alzheimer und andere Demenzformen. Antworten auf
die häufigsten Fragen. Stuttgart: Trias 2008

Gatterer, G.; Croy, A.: Leben mit Demenz. Wien: Springer 2005

Jürgs, M.: Alzheimer: Spuren ins Niemandsland. München: List 2001

Mace, N. L. / Rabins, P. V.: Der 36-Stunden Tag. Die Pflege des verwirrten
älteren Menschen. Bern: Huber 1989

Schützendorf, E.; Dannecker, W.: Vergesslich, störrisch, undankbar?
Demenzkranken Angehörige liebevoll pflegen. Basel: Reinhard 2008

Stechl, E. u.a.: Demenz – mit dem Vergessen leben –
ein Ratgeber für Betroffene. Frankfurt: Mabuse 2008

Stiftung Warentest (ed.): Demenz – Hilfe für Betroffene und Angehörige (Sonderheft 2011)

Romane, Erzählungen, Erfahrungsberichte

Bayley, J.: Elegie für Iris. DTV 2002

Braam, S.: Ich habe Alzheimer. Wie die Krankheit sich anfühlt. Weinheim: Beltz 2007

Degnaes, B.: Ein Jahr wie tausend Tage. Ein Leben mit Alzheimer. Düsseldorf: Walter 2006

Fix, H.: ... und langsam wird es dunkel – Alzheimer, Tagebuch einer Krankheit. Frankfurt: Fouqué Literaturverlag 2008

Forster, M.: Ich glaube, ich fahre in die Highlands. Fischer 1992

Geiger, A.: Der alte König in seinem Exil. München: Hanser 2011

Götte, R.; Lackmann, E.: Alzheimer – was tun? Eine Familie lernt, mit der Krankheit zu leben. Beltz 2000

Jens, I.: Unvollständige Erinnerungen. Reinbek: Rowohlt 2009

Sparks, N.: Wie ein einziger Tag. München Heyne 2000

Steinthal, H.: Aus meinem Leben. Tübingen Verlag Schwäb. Tagblatt 2009

Suter, M.: Small World. Zürich: Diogenes Verlag 1997

Taylor, R.: Alzheimer und Ich. Bern: Huber 2011

Tönnies, I.: Abschied zu Lebzeiten. Wie Angehörige mit Demenzkranken leben (mehrere Berichte) Psychiatrie Verlag Bonn 2004

Zeiger, G.: Als ich sie noch kannte. Der lange Abschied von meiner Mutter. Kindler Verlag 2003

Links

www.alzheimerforum.de

www.alzheimer-bw.de

www.deutsche-alzheimer.de

www.alzheimer-leitlinie.de

www.alzheimerinfo.de

www.alzheimerblog.de (Alzheimer-Blog der Dt. Alzheimer-Gesellschaft)

<http://www.gesetzliche-pflegeversicherung.com>

<http://www.meine-pflegeversicherung.de>

<http://www.pflegewiki.de/>

Wichtige Telefonnummern

Alzheimer-Telefon: 01803 / 171017 (0,09 Euro pro Anruf)

Bürgertelefone des Bundesministeriums für Gesundheit:

- zu Versicherungsschutz: 0180 / 5996601
- zu Gesetzlicher Krankenversicherung: 0180 / 5996602
- zur Pflegeversicherung: 0180 / 5996603
- zu gesundheitlicher Prävention: 0180 / 5996609

Adressliste aller Leistungsanbieter

Altenhilfe Tübingen gGmbH

Pauline-Krone-Heim

Wilhelmstraße 87

72074 Tübingen

Bürgerheim, ambulanter Dienst

Schmiedtorstraße 2

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 565140 oder 07071 / 5651550

E-Mail: info@ah-tuebingen.de

Homepage: www.altenhilfe-tuebingen.de

Mo bis Fr: 8.00 – 16.00 Uhr

belvita Pflegedienst Kranken- und Altenpflege KG

Heinlenstraße 14

72072 Tübingen

Telefon: 07071 / 709975

Mobile Notfallnummer: 01728841766

E-Mail: info@belvita-pflegedienst.de

Homepage: www.pflegedienst-tuebingen.de

Täglich: 8.30 – 17.30 Uhr

Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e.V.

Kirchgasse 1

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 22498

E-Mail: info@altenberatung-tuebingen.de

Homepage: www.altenberatung-tuebingen.de

Mo, Di, Mi, Fr: 9.00 – 12.00 Uhr; Do: 10.00 – 12.00 Uhr und 16.00 – 18.00 Uhr

Betreuungsverein Landkreis Tübingen e.V.

Schleifmühlweg 3b

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 9798200

E-Mail: btv@betreuungsverein-tuebingen.de

Homepage: www.betreuungsverein-tuebingen.de

Brillinger GmbH & Co. KG

Handwerker-Park 25

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 41040

E-Mail: info@brillinger.de

Homepage: www.brillinger.de

Mo bis Fr: 8.00 – 18.00 Uhr und Sa: 9.00 – 13.00 Uhr

Christiane-von-Kölle-Stift

Gösstraße 18

72072 Tübingen

Telefon: 07071 / 407830

E-Mail: christiane-von-koelle-stift@samariter-gmbh.de

Homepage: www.samariterstiftung.de

Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Tübingen e.V.

Steinlachwasen 26

72072 Tübingen

Telefon: 07071 / 700021

E-Mail: info@drk-tuebingen.de oder

Homepage: <http://kv-tuebingen.drk.de>

Diakoniestation Tübingen

Hechinger Straße 13

72072 Tübingen

Telefon: 07071 / 930421

E-Mail: diakoniestation@evk.tuebingen.org

Homepage: www.diakoniestation-tuebingen.de

Die Johanniter

Hegelstraße 1/1

72072 Tübingen

Telefon: 07071 / 9898550 (Zentrale)

E-Mail: Gerlinde.digel@joh-bw.de oder online-Kontaktformular

Homepage: www.johanniter-tuebingen.de

Keine festen Bürozeiten

Fachabteilung Soziale Angebote – Universitätsstadt Tübingen

Bei der Fruchtschranne 5

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 204-1550

E-Mail: soziales@tuebingen.de

Homepage: www.tuebingen.de

Gedächtnisambulanz – UKT, Neurodegenerative Erkrankungen

Hoppe-Seyler-Straße 3

72076 Tübingen

Telefon: 07071 / 2985165 (Anmeldung)

Geriatrisches Zentrum am Universitätsklinikum Tübingen

Osianderstraße 24

72076 Tübingen

Telefon: 07071 / 2987517

Homepage: www.medizin.uni-tuebingen.de

Häusliche Krankenpflege (HKP)

Nagolder Straße 1

72119 Ammerbuch

Telefon: 07073 / 913684

E-Mail: info@hkp-wegenast.de

Homepage: www.hkp-wegenast.de

HIRSCH Begegnungsstätte

Hirschgasse 9

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 22688

E-Mail: hirsch-begegnung@t-online.de

Homepage: www.hirsch-begegnungsstaette.de

Büro: Mo bis Fr: 11.00 – 12.00 Uhr

Cafeteria: Mo bis Fr: 14.00 – 18.00 Uhr

Karolinenstift Tübingen

Melanchthonstraße 35

72074 Tübingen

Telefon: 07071 / 92680

E-Mail: karolinenstift@zieglersche.de

Homepage: www.zieglersche.de

8.30 – 16.30 Uhr

Kontaktstelle für Selbsthilfe im SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V.

Bei der Fruchtschranne 5

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 38363

E-Mail: herzog@sozialforum-tuebingen.de oder online-Kontaktformular

Homepage: www.sozialforum-tuebingen.de

Mo bis Mi: 9.00 – 12.00 Uhr

Do: 17.00 – 19.00 Uhr

**Beauftragte für Senioren und Inklusion –
Universitätsstadt Tübingen**

Telefon: 07071 / 204-1444

E-Mail: barbara.kley@tuebingen.de

Kreissenorenrat Tübingen e.V.

Schmiedtorstraße 2

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 9208867

E-Mail: Kreissenorenrat_Tuebingen@t-online.de

Homepage: www.Kreissenorenrat-tuebingen.de

Mo, Di, Mi: 9.00 – 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung Tübingen e.V.

Friedrich-Dannenmann-Straße 69

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 94403

E-Mail: mail@lebenshilfe-tuebingen.de

Homepage: www.lebenshilfe-tuebingen.de

Mo bis Do: 9.00 – 12.30 Uhr und Do: 13.30 – 18.00 Uhr

LebensPhasenHaus der Universität Tübingen

Rosenau 9

72076 Tübingen

Öffnungszeiten: Freitags 13.00 – 17.00 Uhr

Team LebensPhasenHaus der Universität Tübingen

Auf der Morgenstelle 15

72076 Tübingen

Telefon: 07071 / 29-72058 oder 07071 / 29-77636 (Sekretariat)

E-Mail: info@lebensphasenhaus.de

Homepage: www.lebensphasenhaus.de

Luise-Poloni-Heim und Pflegedienst St. Franziskus

Neuhaldenstraße 14

72074 Tübingen

Telefon: 07071 / 98700

E-Mail: luise-poloni-heim.tue@stiftung-st-franziskus.de

Homepage: www.stiftung-st-franziskus.de

8.00 – 17.00 Uhr

Luise-Wetzel-Stift

Beim Herbstenhof 15

72076 Tübingen

Telefon: 07071 / 6040

E-Mail: luise-wetzel-stift@ev-heimstiftung.de

Homepage: www.luise-wetzel-stift.de

8.00 – 17.00 Uhr

Memory Clinic/Gedächtnissprechstunde –

Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Calwer Straße 14

72076 Tübingen

Telefon: 07071 / 2987126 (Anmeldung)

Mo bis Fr: 9.30 – 10.30 Uhr

Homepage: www.medizin.uni-tuebingen.de

Nachbarschaftshilfe Hirschau

Lenaustraße 18

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 791241

E-Mail: wm.wulff@t-online.de

Keine festen Bürozeiten

Nusser und Schaal GmbH

Hintere Grabenstraße 28

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 13030

E-Mail: infotue@nusser-schaal.de

Homepage: www.nusser-schaal.de

Mo bis Fr: 9.30 – 18.30 Uhr und Sa: 10.00 – 14.00 Uhr

Pflegedienst Riethmüller

Berliner Ring 71

72076 Tübingen

Telefon: 07071 / 66066

E-Mail: pflegedienst.riethmueller@t-online.de

Keine festen Bürozeiten, Anrufbeantworter

pflegemobil Tübingen GbR

Derendinger Straße 41

72072 Tübingen

Telefon: 07071 / 62036

E-Mail: pflegemobil.gbr@t-online.de

Homepage: www.pflegemobil-gbr.de

Individuell, meist ab 9.00/9.30 Uhr

Pflegeresidenz Vinzenz von Paul

Schwärzlocher Straße 10

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 56553-0

E-Mail: info@pflegeresidenz-tuebingen.de

Pflegestützpunkt Landkreis Tübingen

Standort Tübingen (zuständig für Tübingen und Dettenhausen)

Kirchgasse 1

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 22498

Pflege-Wohngemeinschaft Alte Weberei in Lustnau

Diakoniestation Dettenhausen

Einsiedelstraße 3

72135 Dettenhausen

Telefon: 07157 / 6697102

P.I.U.S Tagestöchter

Kaiserstraße 59a

72764 Reutlingen

Telefon: 07121 / 48740

E-Mail: info@tagestoechter.de

Homepage: www.tagestoechter.de

Mo bis Fr: 8.00 – 17.00 Uhr

Samariterstift im Mühlenviertel

Kählerweg 2

72072 Tübingen

Telefon: 07071 / 750690

E-Mail: samariterstift-im-muehlenviertel@samariterstiftung.de

Homepage: www.samariterstiftung.de

Mo bis Fr: 8.30 – 12.00 Uhr und 13.00 – 16.30 Uhr

Seniorentreff im Schönblick – pflegemobil Tübingen GbR

Gottlieb-Olpp-Straße 22-24

72076 Tübingen

Telefon: 07071 / 709896

E-Mail: pflegemobil.gbr@t-online.de

Homepage: www.seniorentreff-im-schoenblick.de

Mo bis Fr: 9.00 – 16.00 Uhr

Sozialstation Vinzenz von Paul

Schwärzlocher Straße 10

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 20370

E-Mail: info@sst-vvp-tue.de

Homepage: www.vinzenz-von-paul.de

Stadtseniorenrat Tübingen e.V.

Schmiedtorstraße 2/1

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 49377

E-Mail: postmaster@stadtseniorenrat-tuebingen.de

Homepage: www.stadtseniorenrat-tuebingen.de

Mo bis Fr: 9.00 – 12.00 Uhr

Stiftung KBF – gemeinnützige GmbH

Huberstraße 10/12 (Tagespflege)

72072 Tübingen

Telefon: 07071 / 9168-11 oder -10

Stiftung KBF – Gemeinnützige GmbH

Mobile Soziale und Pflegerische Dienste Tübingen (MSD)

Fürststraße 125

72072 Tübingen

Telefon: 07071 / 920221

E-Mail: msd-tue@kbf.de

Homepage: www.kbf.de

Mo bis Fr: 7.30 – 16.00 Uhr

Tagesklinik für Ältere

Calwer Straße 14

72076 Tübingen

(Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie)

Telefon: 07071 / 2987128

Tropenlinik Paul-Lechler-Krankenhaus

Paul-Lechler-Straße 24

72076 Tübingen

Telefon: 07071 / 206-0 (Zentrale)

E-Mail: info@tropenlinik.de

Homepage: www.tropenlinik.de

Tübinger Familien- und Altershilfe (TüFA)

Schmiedtorstraße 2/1

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 980513

E-Mail: info@tuefa-tuebingen.de

Homepage: www.tuefa-tuebingen.de

Mo bis Fr: 8.00 – 12.00 Uhr und Mi: 15.00 – 17.00 Uhr

In den Schulferien: 9.00 – 11.00 Uhr

Tübinger Hospizdienste e.V.

Beim Herbstenhof 15

72076 Tübingen

Telefon: 07071 / 760949

E-Mail: info@tuebinger-hospizdienste.de

Homepage: www.tuebinger-hospizdienste.de

Mo bis Fr: 9.00 – 12.00 Uhr

Bereitschaft: täglich 9.00 – 18.30 Uhr

Tübinger Projekt: Häusliche Betreuung Schwerkranker

Paul-Lechler-Straße 24

72076 Tübingen

Telefon: 07071 / 206-111 (Pflegedienstleitung/Koordination)

E-Mail: kontakt@palliativdienst-tuebingen.de

Homepage: www.tropenlinik.de, www.tumorzentrum-tuebingen.de

Mo bis Fr: 8.00 – 16.30 Uhr

Wohngemeinschaften an der Ammer

Schleifmühleweg 37/1

72070 Tübingen

Telefon: 07071 / 56553-16

E-Mail: info@wohngemeinschaften-an-der-ammer.de

Angebote im Landkreis Tübingen zur Unterstützung an Demenz erkrankter Menschen und ihrer Angehörigen

Medizinische Versorgung

- Hausarzt
- Fachärzte
- Memory-Ambulanz
- Psychiatrische Institutsambulanz
- Tagesklinik für Ältere
- Physiotherapeuten
- niedergelassene Psychotherapeuten
- Ergotherapeuten
- Logopäden
- Tübinger Projekt „Häusliche Betreuung Schwerkranker“
- Palliativstation am Paul-Lechler-Krankenhaus

Betreuungsangebote/Wohnen

- Freizeitangebote:
 Altenclubs, Begegnungsstätten (z. B. Hirsch) ...
- Betreuungsgruppen
- Tagespflege
- Kurzzeitpflege
- Besuchsdienste
- Häusliche Betreuungsdienste
- Hospizdienst
- Pflegeheime
- Betreutes Wohnen
- „Wohnen für Hilfe“
- Neue Wohnformen, z. B. Demenz-WGs

Pflege und Hauswirtschaft

- Ambulante Pflegedienste (Sozial- und Diakoniestationen, private Pflegedienste)
- Nachbarschaftshilfe
- Mobile Dienste
(Hausnotruf, Fahrdienste, Essen auf Rädern ...)

Beratungsangebote

- Gerontopsychiatrische Beratungsstellen
- Stadt- u. Kreissenorenrat
- Wohnberatung
- Kranken- und Pflegekassen
- Sozialamt
- Rentenversicherungsträger
- Versorgungsamt (Schwerbehindertenausweis)
- Notare, ehrenamtliche Rechtsberatung (Kreissenorenrat), Vormundschaftsgericht, Betreuungsverein, Betreuungsbehörde
- Angehörigengruppen
- Patientenberatungsstelle
- Suchtberatung im Alter

