

### ***Liebe Leserinnen und Leser unseres Newsletters,***

wir freuen uns sehr Ihnen die erste Ausgabe im Jahr 2024 unseres Newsletters präsentieren zu dürfen. Der Newsletter soll zu aktuellen Veranstaltungen und Aktionen im Landkreis Main-Spessart sowie zu Tipps und Empfehlungen rund um das Thema Demenz und Pflege und darüber hinaus informieren.

Der Newsletter wird zukünftig weiterhin ca. alle 2-3 Monate erscheinen. Wir hoffen, dass wir Sie mit unseren Informationen bereichern können und wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen!

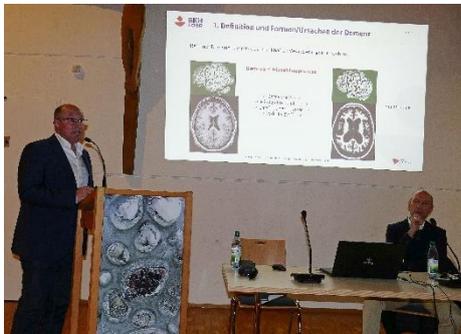
**29.02.2024**

### **Inhalt**

1. Rückblick Update Demenz 2024 .....	2
2. Angebote im Landkreis Main-Spessart.....	3
3. Ausschreibung bayerischer Demenzpreis 2024 .....	5
4. Neues bundesweite Angebot für Angehörige von Menschen mit Demenz und Down-Syndrom .....	5
5. Betreuter Urlaub für Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen.....	5
6. Beratung in der Pflege .....	6
7. Nützliches aus dem Internet.....	7
8. Termine und Veranstaltungen.....	7

## 1. Rückblick Update Demenz 2024

Der Vortrag Update Demenz 2024 fand am 7. Februar 2024 im Pfarrsaal „zur heiligen Familie“ in Karlstadt statt. Die beiden Referenten Markus Schröter, Oberarzt für Psychiatrie und Psychotherapie im Bezirkskrankenhaus Lohr und Peter Kraft, Facharzt für Neurologie aus Karlstadt informierten über aktuelle Entwicklungen bei der Volkskrankheit Demenz.



(Fotos: Günter Roth)

Die Einladung des Netzwerks Demenz und Pflege Main-Spessart erfreute sich regen Zuspruchs, mit etwa 150 interessierten Teilnehmern, die gespannt dem circa 1,5-stündigen Fachvortrag lauschten. Nicht nur trugen die informativen Ausführungen der Referenten dazu bei, das Bewusstsein für das Thema zu schärfen. Im Rahmen der Veranstaltung waren die Beratungsstellen aus dem Landkreis Main-Spessart präsent, die eine unerlässliche Rolle in der Betreuung von Menschen mit Demenz spielen und alle aktiv am Netzwerk Demenz und Pflege Main-Spessart teilnehmen. Die Besucher hatten die Möglichkeit sich an Ständen vom Pflegestützpunkt Main-Spessart (vertreten durch Frau Melanie Sommer), der Beratungsstelle „RudiMachts!“ aus Marktheidenfeld (unter der Leitung von Frau Friederike Bähr) und die Fachstelle für pflegende Angehörige der Caritas Karlstadt (vertreten durch Frau Lena Sebold), persönlich beraten zu lassen. Diese direkte Interaktion betonte die praktische Anwendbarkeit und die unmittelbare Hilfe, die durch die Beratungsstellen vor Ort angeboten werden. Es wurde klar, dass diese Veranstaltung nicht nur Wissen vermittelte, sondern auch eine Plattform für persönlichen Austausch und direkte Unterstützung durch die engagierten Vertreter der Beratungsstellen schuf. Insgesamt trug der Abend dazu bei, das Bewusstsein für Demenz zu schärfen und zeigte gleichzeitig auf, dass die Unterstützung und Beratung im Langkreis Main-Spessart mehr als nur theoretische Konzepte sind – sie sind greifbare Realität für diejenigen, die sie benötigen.

## 2. Angebote im Landkreis Main-Spessart

### Die Wochen des gesunden Schlafs

Eine Veranstaltungsreihe für eine bessere Nachtruhe - Eine Initiative der Arbeitsgruppe Gesundheitsförderung & Prävention der Gesundheitsregion<sup>plus</sup> MSP  
Eine Übersicht über alle Veranstaltungen finden sie [hier](#)

Eine mögliche Veranstaltung für Sie aus dieser Reihe könnte sein:

### Pflegende(r) Angehörige(r) – gut schlafen trotz herausfordernder Lebensphase

The poster features the following text and graphics:  
- Top left: 'Die Wochen des gesunden Schlafs MAIN-SPESSART' with a small logo.  
- Top center: 'Gesundheitsregion' logo.  
- Top right: 'MAIN-SPESSART' logo.  
- Main title: 'Pflegende(r) Angehörige(r) Gut schlafen trotz herausfordernder Lebensphase'.  
- Subtitle: 'Referentin: Stefanie Heßdörfer, Sozial- und Quartiersmanagerin'.  
- Location: 'Mehrgenerationenhaus Binsfeld Untere Dorfstraße 20 97405 Arnstein'.  
- Bottom: 'Anmeldung & weitere Informationen www.main-spessart.de/gesundheitsregionplus oder telefonisch unter 09353 793-1217'.  
- Graphics: An illustration of a person in bed being cared for by another person, with a window showing a night sky.

**Montag, 4. März, 15:00-17:00 Uhr**

**Referentin:** Stefanie Heßdörfer, Sozial- und Quartiersmanagerin

**Ort:** Mehrgenerationenhaus Binsfeld, Untere Dorfstraße 20, 97405 Arnstein

Die Pflege eines Angehörigen bringt viele Herausforderungen mit sich.

Umso wichtiger ist ausreichender Schlaf für die Pflegenden. Der Vortrag liefert praktische Tipps zur Schlafverbesserung, betont die Selbstfürsorge und stellt Unterstützungsmöglichkeiten für Pflegende vor.

Anmeldung gewünscht unter:

<https://eveeno.com/617295366>

### Aktionswoche „Zu Hause daheim“

The poster features the following text and graphics:  
- Top right: 'Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales' logo.  
- Main title: 'Aktionswoche Zu Hause daheim – seien Sie dabei!'.  
- Date: 'Vom 27. April bis zum 5. Mai 2024'.  
- Graphics: An illustration of an elderly couple sitting on a bench in front of a house.

Der Landkreis Main-Spessart beteiligt sich bereits zum siebten Mal an der bayernweiten Aktionswoche „Zu Hause daheim“. Auf Initiative des Bayerischen Sozialministeriums wird in ganz Bayern vom 29.04. bis zum 05.04.24 mit vielfältigen Aktionen und Veranstaltungen, insbesondere das „Wohnen im Alter“ in den Fokus gerückt werden.

In Main-Spessart ist für den 29.04.24 eine Busfahrt zum Musterhaus für altersgerechtes, barrierefreies Wohnen in Kürnach geplant. Dort kann man bei einer Führung viele nützliche Einrichtungen und Hilfsmittel (z.B. Hausnotruf, Sturzsensoren) in einem komplett eingerichteten Wohnhaus in Augenschein nehmen oder auch ausprobieren. Die Plätze sind begrenzt. Anmeldung erforderlich unter [senioren@lramsp.de](mailto:senioren@lramsp.de).

Weiterhin ist auch wieder ein Vortrag zur Wohnraumanpassung geplant. Diesmal wird der Vortrag in Gemünden stattfinden. Das Programm wird rechtzeitig in der Presse bekannt gegeben sowie auch unter: [Landkreis Main Spessart | Veranstaltungen \(main-spessart.de\)](http://LandkreisMainSpessart.de/Veranstaltungen)

Veranstaltungen in ganz Bayern finden Sie unter: [Aktionswoche Zu Hause daheim Senioren | Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales \(bayern.de\)](http://AktionswocheZuHauseDaheimSenioren.de)

## Gerontoaktiv



### **Besuch vom Wald**

Wenn Menschen nicht mehr in den Wald gehen können, dann können sie sich den Wald ins Haus und auch bis ans Bett holen.

Es handelt sich um 8 entspannende und aktivierende Kurzfilme für Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung und Pflegebedürftigkeit. Frau Friederike Bähr hat das Filmpaket „Besuch vom Wald“ sowie „Wer rastet, der rostet – Bewegung im Sitzen“ entwickelt und produziert. Eine ausführliche Beschreibung zu diesem Projekt sowie der Kauf zu den Filmen finden sie unter [gerontoaktiv.de/](http://gerontoaktiv.de/).

Ein neuer Film „Die Nordsee lässt grüßen“ wird in Kürze veröffentlicht.

### **Nachpflegeangebot der Otto und Anna Herold-Altersheim-Stiftung Karlstadt Pilotprojekt „Nachpflege“ in Karlstadt Entlastung für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz.**

Ergänzend zum Tagespflegeangebot bietet die Otto und Anna Herold-Altersheim-Stiftung Karlstadt eine eingestreute Nachpflege für Menschen mit Demenz an. Das Pilotprojekt, das es in dieser Art nur zwei Mal in Bayern gibt, wird wissenschaftlich durch die Universität Bayreuth begleitet. Ziel ist es, eine Entlastung für pflegende Angehörige zu schaffen und dem an Demenz erkrankten Menschen eine Perspektive zu ermöglichen, so lange wie möglich in der Häuslichkeit zu leben.

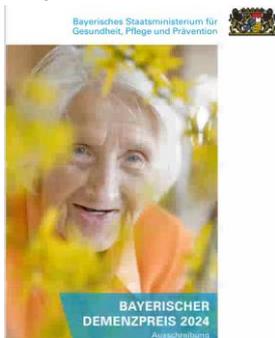
Für die eingestreute Nachpflege ist ein richterlicher Unterbringungsbeschluss erforderlich.

Der „Nachpflege-Gast“ kommt gegen 20 Uhr, oder nach persönlicher Absprache, in den beschützenden gerontopsychiatrischen Wohnbereich der Einrichtung, wo er die Nacht verbringt. Ein erfahrenes Team bietet bei Bedarf Unterstützung beim Auskleiden abends, beim Ankleiden morgens, sowie bei der Körperpflege. Bei nächtlicher Unruhe geht die Fachkraft individuell und biografisch auf die Bedürfnisse des Gastes ein. Nach einem gemeinsamen Frühstück am Morgen, kehrt der pflegebedürftige Mensch wieder in sein häusliches Umfeld und zu seinen Angehörigen zurück, um dort wie gewohnt versorgt zu werden.

Nähere Informationen zum Pilotprojekt „Nachtpflege“ erhalten Sie in der Otto und Anna Herold-Altersheim-Stiftung, Karlstadt unter der Tel. Nr. 09353/983-100 oder unter <https://heroldstiftung.de/nachtpflege/>

### **3. Ausschreibung bayerischer Demenzpreis 2024**

Das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention zeichnet alle 2 Jahre innovative Projekte zur Verbesserung der Lebenssituation von Menschen mit Demenz und deren Angehörigen aus. Die Verleihung des diesjährigen Bayerischen Demenzpreises wird am 07. November 2024 in Regensburg stattfinden.



Ausgelobt werden bis zu drei Geldpreise in Höhe von 3.000 Euro (1. Preis), 2.000 Euro (2. Preis) und 1.000 Euro (3. Preis). Darüber hinaus können bis zu drei weitere herausragende Projekte mit einer Anerkennung ausgezeichnet werden. Bewerbungen können sich Verbände, Vereine, Kommunen, Schulen, Organisationen und Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens, Körperschaften des öffentlichen Rechts und Unternehmen bis zum 31. März 2024. Wichtig ist, dass das Projekt in Bayern entwickelt und realisiert wurde und schon seit mindestens sechs Monaten erfolgreich umgesetzt wird. Weiter Informationen unter:

<https://www.stmgp.bayern.de/ministerium/auszeichnungen/demenzpreis/>

### **4. Neues bundesweite Angebot für Angehörige von Menschen mit Demenz und Down-Syndrom**

Seit Oktober ist die bundesweite Online-Selbsthilfegruppe ONAir für Angehörige von Menschen mit Down-Syndrom und Demenz gestartet. Die Gruppe findet in einem offenen und sicheren Rahmen statt und ermöglicht den Austausch von Wissen und Erfahrungen unter den Teilnehmenden. (Quelle: Demenz Support Stuttgart gGmbH)

<https://www.demenz-support.de/projekte/laufende-projekte/angehoerigengruppe-von-menschen-mit-down-syndrom-und-demenz/>

### **5. Betreuter Urlaub für Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen**

Urlaubsangebote, die speziell auf die Bedürfnisse von Demenzkranken und ihren Angehörigen zugeschnitten sind, haben sich in den vergangenen Jahren zunehmend etabliert. Der größte Teil dieser Angebote wird durch regionale und örtliche

Alzheimer-Gesellschaften organisiert, es gibt aber auch andere Anbieter. Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft sammelt diese Urlaubsangebote und stellt sie zu einer Liste zusammen.

Diese Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und die enthaltenen Angebote wurden von der Deutschen Alzheimer Gesellschaft nicht auf ihre Qualität geprüft, stellen also keine Empfehlungen dar. [https://www.deutsche-alzheimer.de/fileadmin/Alz/pdf/Flyer\\_und\\_Dokumente/Urlaubsreisen\\_DAlzG.pdf](https://www.deutsche-alzheimer.de/fileadmin/Alz/pdf/Flyer_und_Dokumente/Urlaubsreisen_DAlzG.pdf)

Weitere Informationen zum Betreuten Urlaub enthält auch das [Infoblatt 17 -Urlaubsreisen für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen](#)

## **6. Beratung in der Pflege**

### **Digitale Wohnberatung Bayern – Aufbau digitales Angebot**

Die neue Website der „Digitalen Wohnberatung Bayern“ befindet sich gerade im Aufbau und wird voraussichtlich im März 2024 zur Verfügung stehen. Die Website wird ein breites Informationsangebot zu Wohnungsanpassungsmöglichkeiten, Hilfsmittel und Produkten anbieten. Sämtliche Wohnberatungsangebote in Bayern werden im Sinne eines „digitalen Schaufensters“ übersichtlich und informativ präsentiert. Alle Informationen finden Sie unter:

<https://www.digitale-wohnberatung.bayern/>

### **Neuer Flyer zur Unterstützung im Alltag**

Alle Flyer zu den verschiedenen Angeboten zur Unterstützung im Alltag wurden von der Fachstelle für Demenz und Pflege Bayern neu überarbeitet und aktualisiert. Zu finden sind die neuen Flyer auf der Homepage der Fachstelle für Demenz und Pflege Bayern unter der Rubrik Informationsmaterial, Flyer Serie Basiswissen Angebote zur Unterstützung im Alltag:

<https://www.demenz-pflege-bayern.de/material/informationsmaterial/>

### **Neue Beträge in der Pflegeversicherung ab 01.01.2024**

Zum Januar 2024 gelten neue Summen beim Pflegegeld und den Sachleistungen für ambulante

Pflege im Rahmen der Pflegeversicherung. Die DAIZG hat daher ihr Infoblatt 8 „Die Pflegeversicherung“ aktualisiert. (Quelle: Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V.

Selbsthilfe Demenz) [https://www.deutsche-alzheimer.de/fileadmin/Alz/pdf/factsheets/Infoblatt8\\_pflegeversicherung.pdf](https://www.deutsche-alzheimer.de/fileadmin/Alz/pdf/factsheets/Infoblatt8_pflegeversicherung.pdf)

Das ändert sich bei den Pflegeleistungen 2024:

- Erhöhung des Pflegegeldes
- Anhebung der Pflegesachleistungen
- Vorgezogenes Entlastungsbudget für junge Pflegebedürftige
- Besserer Zugang zum Pflegeunterstützungsgeld
- Erhöhung des Zuschlags zu Pflegekosten in stationärer Pflege

## 7. Nützliches aus dem Internet

### Den eigenen Weg finden Ein Ratgeber von Angehörigen von Menschen mit Demenz für andere Betroffene



Der Ratgeber wurde nicht nur für, sondern auch mit Angehörigen von Menschen mit Demenz entwickelt und soll es weniger erfahrenen Betroffenen erleichtern, von den Erfahrungen anderer zu profitieren.

[Hier geht's zur Broschüre](#)

### Pflegeleistungen zum Nachschlagen



Welche Leistungen Ihnen aus der Pflegeversicherung zur Verfügung stehen, erfahren Sie zusammengefasst in dieser Broschüre. Das Nachschlagewerk richtet sich sowohl an Menschen, die Pflege benötigen, als auch an Personen, die Pflege leisten.

[Hier geht's zum Ratgeber](#)

## 8. Termine und Veranstaltungen

### Online-Veranstaltung „Gemeinschaftliches Wohnen im Alter“ am 29.4.2024 im Rahmen der Aktionswoche „Zu Hause daheim“

Die Koordinationsstelle Wohnen im Alter lädt ein zu einer online-Veranstaltung zum Thema „Gemeinschaftliches Wohnen im Alter“. Diese findet am **29. April 2024 von 18:00-20:00 Uhr** statt. Bei der Veranstaltung werden Fragen beantwortet, wie:

Wie wollen Sie im Alter wohnen? Wie sieht ein gemeinschaftliches Wohnen im Alter aus - in einer Seniorenhausgemeinschaft oder in einem Mehrgenerationenprojekt? Und wie kann ein Projekt aufgebaut werden?

Es berichten:

- Die Koordinationsstelle Wohnen im Alter
- Heike Skok von der "mitbauzentrale München"
- Mitglieder des Wohnprojektes ALIA in München

Die Veranstaltung richtet sich an alle, die über die Planung eines entsprechenden Angebots nachdenken, aber auch an interessierte Bürgerinnen und Bürger, die überlegen, wie sie selbst einmal wohnen möchten. Informationen zum Inhalt, Anmeldung und Zugangsdaten finden Sie auf der Homepage. [Aktionswoche Zu Hause daheim Senioren | Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales \(bayern.de\)](#)

**Veranstaltungen im Landkreis Main-Spessart**  
[Veranstaltungen März-April 2024](#)

**Regelmäßige Angebote im Landkreis Main-Spessart**

**für wöchentliche Angebote**  
[hier](#)

**für monatliche Angebote**  
[hier](#)

Sie dürfen auch gerne [hier](#) Ihre eigenen Veranstaltungen/Schulungen an das Netzwerk melden.



([www.freepic.de](http://www.freepic.de))

**Im Frühling erblüht nicht nur die Natur, sondern auch die Herzen!**

Herzliche Grüße

Im Namen

des Netzwerkes Demenz und Pflege Main-Spessart

---

**Information gemäß Art. 13 der EU-Datenschutz-Grundverordnung (EU-DSGVO) zum Newsletter-Versand:**

Sie erhalten unseren Newsletter, mit dem wir Sie über Neuigkeiten zu den Themen Demenz und Pflege, Prävention und darüber hinaus zu Veranstaltungen und Ausgewähltes informieren.

Ihre personenbezogenen Daten werden nur für den aufgeführten Zweck verwendet und nicht an Dritte weitergegeben. Wir bitten Sie um Rückmeldung, falls Sie in Zukunft den Newsletter nicht mehr erhalten möchten. Bitte melden Sie sich per E-Mail ([netzwerk-demenz-pflege@lramsp.de](mailto:netzwerk-demenz-pflege@lramsp.de)) bei uns, damit wir entsprechend reagieren können. Wenn wir keine Nachricht von Ihnen erhalten, gehen wir davon aus, dass Sie auch weiterhin Interesse an der Zusendung des Newsletters haben.

Weitere Informationen zum Datenschutz finden Sie auf unserer Homepage unter <https://www.main-spessart.de/informationen/datenschutz>.

Das Netzwerk Demenz und Pflege wird gefördert nach § 45 c Abs. 9 SGBXI durch die Landesverbände der Pflegekassen in Bayern.

---

## **Impressum**

### **Herausgeber und Verantwortlicher für den Inhalt dieses Newsletters:**

Landkreis Main-Spessart, vertreten durch Landrätin Sabine Sitter  
Marktplatz 8, 97753 Karlstadt  
Telefon: 09353 793-12097, Fax: 09353 793- 72 97  
E-Mail: [@Lramsp.de](mailto:@Lramsp.de)  
Internet: <http://www.main-spessart.de>  
DE-Mail: [Poststelle@Lramsp.de](mailto:Poststelle@Lramsp.de)

### **Links zu anderen Webseiten:**

Der Newsletter des Landkreises Main-Spessart enthält evtl. Links zu anderen Webseiten.  
Der Landkreis Main-Spessart hat keinen Einfluss auf den Inhalt fremder Webseiten und darauf, dass deren Betreiber die Datenschutz- oder sonstige rechtliche Bestimmungen einhalten.  
Er haftet nicht für den Inhalt fremder Webseiten.

### **Newsletter abbestellen:**

Senden Sie eine E-Mail mit dem Hinweis „*Netzwerk-Newsletter abbestellen*“ an:  
[netzwerk-demenz-pflege@lramsp.de](mailto:netzwerk-demenz-pflege@lramsp.de)