



Haus der Gesundheit  
Verein Dreycedern e. V.

# Jahresbericht 2021

- Fachstelle für pflegende Angehörige und Menschen mit Demenz
- Beratungsstelle DiA – Depression im Alter
- Treffpunkt Gesundheitsbildung in der zweiten Lebenshälfte
- Stadtviertelprojekt „Altstadt trifft Burgberg“

# 1 Wer wir sind

Der Verein Dreycedern e.V. hat seinen Sitz seit über 40 Jahren am Altstädter Kirchenplatz 6. Seitdem wird der Verein mit Angeboten für Seniorinnen, Senioren und für Menschen mit verschiedenen Handicaps assoziiert. Seit über 20 Jahren ist er auch durch das „Haus der Gesundheit“ ein fester Teil des Erlanger Stadtbilds und bietet eine wichtige Anlaufstelle, vornehmlich für ältere Bürgerinnen und Bürger Erlangens, mit unterschiedlichen Anliegen aus dem Gesundheitsbereich, die sie in einer unserer Säulen wiederfinden. Seit September 2020 ist beim Verein auch das Thema Quartiersentwicklung angedockt, durch unser Stadtviertelprojekt „Altstadt trifft Burgberg“ hat sich unsere Zielgruppe deutlich erweitert, sollten zunächst, neben den Senior\*innen vor allem auch Student\*innen angesprochen werden, hat sich mittlerweile eine Gruppe von interessierten Bewohner\*innen gefunden, die wirklich alle Altersklassen widerspiegeln.

Und neben der sehr spezifischen inhaltlichen Hilfestellung und Beratung ist auch genau das unser Ziel: Ein buntes Programm zu bieten, in dem Jede und Jeder etwas findet, das sie\*ihn interessiert und/oder ihr\*ihm Spaß macht!

Unser Team von mittlerweile rund 17 Mitarbeiter\*innen setzt dabei auf Altbewährtes, entwickelt aber auch immer wieder neue Ideen und Projekte. Neben dem Vorstand und dem Beirat unterstützt uns ein Netz von rund 25 ehrenamtlichen Betreuungspat\*innen, die sich bei regelmäßigen Treffen austauschen und weiterbilden. Betreuungspat\*innen werden zur Entlastung pflegender Angehöriger eingesetzt, ebenso wie zur Unterstützung von Kurs- und Veranstaltungsleitungen, um Betroffenen einen individuellen Aufenthalt in der Gruppe zu ermöglichen. Die Kurse und Gruppen im Treffpunkt Gesundheitsbildung werden vorwiegend von freien Mitarbeiter\*innen geleitet und inhaltlich gestaltet.

Unsere vier Säulen richten sich grundsätzlich an unterschiedliche Zielgruppen, oft ergeben sich aber wunderbare Gemeinsamkeiten, die zu inklusiven Angeboten führen.

## ■ Treffpunkt Gesundheitsbildung in der zweiten Lebenshälfte

Die Arbeit im Bereich „Gesundheitsbildung“ ist die Keimzelle des Vereins. Seit seinen Anfängen verfolgt der VEREIN DREYCEDERN E. V. das zentrale Anliegen, bei seinen Besucher\*innen über ihre gesamte Lebensspanne Eigenverantwortlichkeit für die eigene Gesundheit und Verantwortung für die Gesundheit Anderer zu fördern sowie Hilfestellung bei der praktischen Umsetzung gesundheitsfördernder Maßnahmen zu geben. Hierzu finden im TREFFPUNKT GESUNDHEITSBILDUNG verschiedene Kurse, Vorträge, Seminare und andere Angebote statt.

## ■ Fachstelle für pflegende Angehörige und Menschen mit Demenz

Das Thema „Demenz“ prägt die Arbeit des Vereins schon seit zwei Jahrzehnten. Seit der Anerkennung als Fachstelle im Jahr 2003 durch das „Bayerische Netzwerk Pflege“ trägt dieser zweite wesentliche Bereich des Vereins den Namen FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ und unterstützt die Menschen in Erlangen bei allen Fragen rund um das Thema „Demenz“.

## ■ Beratungsstelle DiA – Depression im Alter

Das Thema „Depression“ wurde im Jahr 2001 fest als Arbeitsschwerpunkt etabliert, als das „Erlanger Bündnis gegen Depression“ gegründet wurde und der VEREIN DREYCEDERN E. V. die Koordination des Bündnisses übernahm. Es stellte sich heraus, dass es viele Angebote für Menschen mit depressiven Erkrankungen in Erlangen gibt, aber nur wenige, die sich speziell an ältere Menschen richten. Dies führte im Jahr 2013 zu einer konzeptionellen Fokussierung der Arbeit. Die BERATUNGSSTELLE DIA – DEPRESSION IM ALTER wurde gegründet und ist die erste und einzige Institution in Erlangen, die sich gezielt mit dem Thema „Depression in der zweiten Lebenshälfte“ beschäftigt. Sie ist Anlaufstelle für alle Betroffenen in Erlangen und Umgebung und für deren Angehörige, aber auch für Therapeut\*innen und Angehörige anderer Gesundheitsberufe, die mit Betroffenen und deren Angehörigen arbeiten.

## ■ Stadtviertelprojekt „Altstadt trifft Burgberg“

Unter dem Schirm des Deutschen Hilfswerks ermöglicht durch Einnahmen der Deutschen Fernsehlotterie startete im Herbst 2020 bei Dreycedern ein Quartiersprojekt für die nördliche Innenstadt (Altstadt) und den Burgberg, das zunächst mit einer halben Stelle, in der aktuell laufenden, zweiten Projektphase schließlich mit einer vollen Stelle besetzt werden konnte.

Zielgruppen sind junge Erwachsene (Studierende, insbesondere auch mit Migrationshintergrund) und Senior\*innen, die es zusammen zu bringen gilt für gegenseitige Unterstützung und Hilfe, Austausch und Gemeinsamkeit, nicht zuletzt auch in beiden Gruppen gegen drohende oder vorhandene Einsamkeit.

### 1.1 Finanzierung

Im Jahr 2021 hatte der VEREIN DREYCEDERN E. V. für den Unterhalt seiner beiden Beratungsstellen und die Finanzierung des TREFFPUNKTS GESUNDHEITSBILDUNG IN DER ZWEITEN LEBENSHÄLFTE sowie das Stadtviertelprojekt „Altstadt trifft Burgberg“ Ausgaben von rund 574.794€. Davon entfielen 84% auf Personalkosten zur Bereitstellung der personenbezogen erbrachten Dienstleistungen.

Der Verein erhält freiwillige Zuschüsse der Stadt Erlangen für Personal-, Sach- und Betriebskosten. Auch die FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ wird durch kommunale Mittel unterstützt sowie regelmäßig aus dem „Bayerischen Netzwerk Pflege“ gefördert. Allerdings hatte der Wechsel der Zuständigkeit beim Land Bayern zur Folge, dass 2021 noch immer keine Förderung ausbezahlt wurde. Die Lücke füllten Ausfallzahlungen des Pflegerettungsschirms.

Das Projekt „Altstadt trifft Burgberg“ wird von der Deutschen Fernsehlotterie zu 80% finanziert.

Zu den öffentlichen Zuschüssen bringt der VEREIN DREYCEDERN E. V. Eigenmittel ein (Spenden, Kurseinnahmen etc.), um den Betrieb zu finanzieren (Abb. 1). Neben privaten Spenden wird die Fachstelle z. B. vom ZONTA Club Area Erlangen seit Jahren unterstützt.



Zonta Club of Erlangen  
Member of Zonta International



Abbildung 1: Finanzierung 2021

## Dank an Unterstützerinnen und Unterstützer

Der Verein dankt allen Verantwortlichen in Verwaltung und Politik, die sich Jahr für Jahr dafür einsetzen, dass die wertvollen Angebote weiterhin aufrechterhalten werden können.

Die FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und

Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege



Pflege gefördert sowie durch die Stadt Erlangen.

Die BERATUNGSSTELLE DIA – DEPRESSION IM ALTER erhält eine jährliche Förderung vom Bezirk Mittelfranken sowie von der Stadt Erlangen.



Das Stadtviertelprojekt „Altstadt trifft Burgberg“ wird gefördert aus Mitteln Deutsche Fernsehlotterie.



Darüber hinaus dankt der VEREIN DREYCEDERN E. V. den vielen weiteren Personen, die durch ihre Großzügigkeit und ihr Wirken zum Erhalt der Arbeit des Vereins beitragen, allen voran den privaten Spenderinnen und Spendern, die die Arbeit des Vereins mit rund 20.000 € unterstützen.

Damit verknüpft sind eine große Wertschätzung gegenüber dem VEREIN DREYCEDERN E. V. und ein großes Vertrauen in das Wirken des Vereins. Dafür herzlichen Dank! Alle Verantwortlichen und Mitarbeitenden von DREYCEDERN e.V. sind sich dieser Verantwortung sehr bewusst und werden ihr Engagement weiterhin dafür einsetzen, älteren Menschen, Menschen mit Depression und Menschen mit Demenz und ihren Familien mit kompetenter Unterstützung zur Seite zu stehen.

## 1.2 Öffentlichkeitsarbeit, Vernetzung und Qualitätssicherung

Der Verein veröffentlicht seine Angebote und Veranstaltungen über eine Reihe von Kanälen, die wir stets an die Bedarfe unserer Zielgruppen anzupassen versuchen. Neben den alteingesessenen, analogen Wegen wie dem Verteilen von gedruckten Programmen, Handzetteln und Flyern werden Neuigkeiten auf der Homepage

veröffentlicht und über den Newsletter verschickt. Das Stadtviertelprojekt verfügt über eine eigene Homepage, einen Blog, eine Facebook-Seite und einen Instagram-Kanal. Noch immer lässt sich jedoch feststellen, dass viele Menschen über die persönliche Ansprache, Empfehlungen von Bekannten und Mundpropaganda auf uns aufmerksam werden und uns kontaktieren bzw. sich informieren.

Printanzeigen des Vereins finden sich im Wochenanschlag der Erlanger Nachrichten, in Magazinen wie dem Schwabachbogen, dem Seniorenmagazin Herbstzeitlose und der Erlangen Up! Unsere Termine finden sich außerdem im Veranstaltungskalender auf der Homepage der Stadt Erlangen. Zu guter Letzt sind wir mit Informationsständen bei sich bietenden Gelegenheiten vertreten und verteilen unsere Informationen immer wieder über die Kanäle unserer Netzwerkpartner.

Die **Vernetzung** mit anderen Einrichtungen und Organisationen spielt in all unseren Bereichen eine bedeutende Rolle. Gemeinsam mehr schaffen ist nicht nur in unserem eigenen Team ein gelebter Satz.

Fachspezifische Gremien und Arbeitskreise in denen der Verein 2021 aktiv war:

- Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft Erlangen – Fürth (PSAG)
- Seniorenbeirat Erlangen
- Arbeitskreis der Einrichtungen des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes in Erlangen und auf Bezirksebene
- Gesundheitsregion plus Erlangen / Erlangen-Höchstadt sowie Demenznetzwerk
- Bündnis gegen Depression Erlangen
- Bayerisches Netzwerk Pflege, Region Mittelfranken – Treffen der Fachstellen für pflegende Angehörige
- Arbeitsgemeinschaft „Leben mit Demenz in Stadt und Land“
- Netzwerktreffen mit der Unabhängigen Pflegeberatungsstelle der Stadt Erlangen sowie den Beratungsstellen für pflegende Angehörige des Landkreises und Pflegeberater\*innen der gesetzlichen und privaten Krankenkassen
- Pflegekonferenzen der Stadt Erlangen und des LRA Erlangen-Höchstadt
- Erlanger Netzwerk Kommune Inklusiv (Projekt der Aktion Mensch)
- Innenstadtteilbeirat
- Netzwerke mit dem Büro für Ehrenamt und bürgerschaftliches Engagement
- Altstadttreff

Gerade in den beiden Coronajahren 2020 und 2021 war unsere Arbeit von vielen Unwägbarkeiten und kurzfristigen Änderungen geprägt. Um diesen stets flexibel und innovativ zu begegnen halfen vor allem die gemeinsamen Klausurtage, interne Fallbesprechungen und Intervisionen sowie regelmäßige, extern geleitete Supervisionen in verschiedenen Zusammensetzungen. Durch regelmäßige Fort- und Weiterbildung mit festem Budget investiert der Verein fortlaufend in sein wichtigstes Kapital: die Mitarbeiter\*innen.

So gelingt es uns, die hohen Arbeitsstandards aufrecht zu erhalten und dabei den Spaß an der Sache nicht zu verlieren.

**Qualitative und quantitative Beurteilung** der Arbeit: Die Ergebnisqualität wird neben Evaluationen von Angeboten auch über statistische Auswertungen gesichert, die für einen Nachweis gegenüber den Fördermittelgebern unerlässlich sind.

## 2 Treffpunkt Gesundheitsbildung in der zweiten Lebenshälfte

Durch die Corona-Pandemie konnten 2021 die Kurse erst ab Mitte Juni wieder wie üblich stattfinden. Von März bis Juli und im Dezember 2021 fand zweimal wöchentlich unser **Online-Kurs** statt mit insgesamt 31 Einheiten.

Insgesamt fanden im letzten Jahr 17 **Gymnastikkurse** à 9-12 Einheiten vormittags statt. Dabei wurden folgende Schwerpunkte gesetzt:

- Wirbelsäulengymnastik
- Schon-Wirbelsäulengymnastik speziell für motorisch unsichere und eingeschränkte TeilnehmerInnen
- Gymnastik speziell für Bein, Hüfte und Knie (z. B. nach einer Operation in diesem Bereich)
- Bewegungstraining speziell für Männer

Im Bereich körperlich-somatische Gesundheit fanden insgesamt 4 Kurse zu den Themen **Yoga und Entspannung und Qigong** statt.

In unseren Gesundheitskursen werden die Teilnehmer\*innen von ausgebildeten Physiotherapeut\*innen mit fundierten medizinischen Kenntnissen und jahrzehntelanger Erfahrung betreut. So ist gesichert, dass individuelle gesundheitliche Situationen und körperliche Fähigkeiten bei der Gestaltung der Kursinhalte berücksichtigt werden. Es werden Bewegungen angeleitet, die positiven Einfluss auf den aktuellen Kraft- und Beweglichkeitszustand nehmen und sich durch einen nahezu rehabilitativen Charakter auszeichnen.

Insgesamt ist die Vielfalt an Angeboten im TREFFPUNKT GESUNDHEITSBILDUNG FÜR MENSCHEN IN DER ZWEITEN LEBENSHÄLFTE nur mit einem engagierten Team an Kursleiter\*innen zu bewerkstelligen, die entweder schon seit Jahren und/oder regelmäßig für den Verein tätig sind. Ihnen gilt an dieser Stelle ein herzlicher Dank!

Die **inklusiven Angebote** richten sich sowohl an Betroffene (mit den Diagnosen beginnende Demenz und/oder Depression) als auch an Personen ohne Diagnose. Die Hemmschwelle zur Kontaktaufnahme in die Beratungsstellen soll damit gesenkt und gleichzeitig die Akzeptanz von psychischen Erkrankungen im Alter gestärkt werden. Zudem sind soziale Teilhabe und Möglichkeiten der Freizeitgestaltung trotz der vorliegenden Krankheits-Diagnosen weitere wichtige Ziele der inklusiven Angebote. In 2021 haben die **Spielegruppe „Spiel-Raum – Begleiteter Spielertreffpunkt“**, eine **Kunstführung** und zwei Vorträge (**„Palliativ-Care – zuhause bis zuletzt“** und **„Gewalt im Leben älterer Frauen“**) als inklusive Angebote stattgefunden

Das Haus der Gesundheit ist außerdem ein beliebter Treffpunkt für **Selbsthilfegruppen**. Regelmäßig treffen sich im Haus Selbsthilfegruppen zu den folgenden Themen:

- Depression
- Makuladegeneration
- Tinnitus
- Kriegskinder – Kriegsenkel

### 3 Stadtviertelprojekt „Altstadt trifft Burgberg“

2021 konnte das Stadtviertelprojekt für die nördliche Innenstadt und den Burgberg, endlich mit einer ganzen Stelle besetzt werden. Die Zielgruppen der jungen Erwachsenen (Studierende, insbesondere auch mit Migrationshintergrund) und Senior\*innen, galt es zusammen zu bringen für gegenseitige Unterstützung und Hilfe, Austausch und Gemeinsamkeit und nicht zuletzt auch, um in beiden Gruppen drohende oder vorhandene Einsamkeit zu verhindern. Das Projekt "Altstadt trifft Burgberg" verbindet zwei Stadtviertel miteinander, die sich grundlegend unterscheiden und gerade deshalb Potentiale für einander bergen. Das Stadtviertelprojekt schließt eine Lücke im Erlanger Norden, in dem noch keine vergleichbare Institution existiert. Die konkreten Bedarfe der Bewohner\*innen der Stadtviertel wurden in der Bedarfserhebungsphase des Projekts ermittelt. Die darauffolgende Umsetzungsphase begann im September 2021. Ziel der Umsetzungsphase ist die Beteiligung und Aktivierung von Bewohner\*innen und die Unterstützung bei der Umsetzung eigener Ideen. Gleichzeitig bietet das Stadtviertelprojekt Anlässe, die Kristallisations- und Vernetzungspunkte darstellen sollen.

Der Beginn des Jahres 2021 war von Expert\*innengesprächen und Vernetzungsarbeit geprägt. Hier zeigte sich großes Interesse und Zuspruch von Bürger\*innen sowie zivilgesellschaftlichen und stadtpolitischen Akteuren. Es wurden 11 Kooperationspartnerschaften mit Akteuren im und um das Viertel geschlossen. Darüber hinaus ist das Projekt in unterschiedlichen Gremien und Arbeitsgruppen vertreten, wodurch die weitere Vernetzung gefördert wird. Einer der wichtigsten Aspekte ist die Beteiligung der Bewohner\*innen der Stadtteile in den Prozess. Denn sie sind die Expert\*innen für ihre Lebenswelt und ihren Sozialraum. Im Zuge der Sozialraumanalyse des Quartiers sind hierbei, trotz coronabedingter Hürden wie die Verlagerung von Bürger\*innenbeteiligung vom öffentlichen in den digitalen Raum, unterschiedliche (partizipative) Methoden zur Anwendung gekommen.

Aufgrund der pandemischen Lage konnten physische Treffen in der Phase der Bedarfserhebung nur bedingt bis gar nicht stattfinden. Dies betraf im besonders hohen Maß u.a. die Zielgruppe des Projekts „Altstadt trifft Burgberg“, also Senior\*innen bzw. Bewohner\*innen 60+ der Stadtteile.

Das **Café digital** diente daher sowohl als Raum des gegenseitigen Kennenlernens der Koordinatorin des Stadtviertelprojekts und der Bewohner\*innen, als auch der Bewohner\*innen untereinander. Es wird ein Raum geschaffen, in dem Beziehungsarbeit geleistet und Bindungen vertieft werden können. Bewohner\*innen sind eingeladen online in Kontakt zu kommen, sich über das Projekt zu informieren, Interessensgebiete abzustecken und Themen, die sie im Stadtteil beschäftigen, einzubringen. Das Angebot wurde gut angenommen und erfreute sich trotz technischer Hürden vor allem der Teilnahme älterer Bewohner\*innen. An den monatlich angesetzten Treffen beteiligten sich 5 - 10 Personen. Auf Wunsch wurden zu themenspezifischen Treffen Expert\*innen, wie etwa von der Seniorenbildung der VHS oder Akteure aus dem Viertel eingeladen.

Ein weiteres digitales Standbein in der Corona-Pandemie stellte das Angebot des **Digitalen Engels** dar. Altstadt trifft Burgberg bot in Kooperation mit dem Projekt der Digitalen Brückenbauer\*innen von „Deutschland sicher im Netz“ durchgeführte Online-Schulungen zur sicheren Nutzung des Internets und anderer digitaler Tools an.



Themen waren unter anderem „Online-Banking“, „Kontakte finden, pflegen und erweitern – digitaler Austausch“ und „Online Einkauf“. Im Zeitraum von August 2021 bis Mai 2022 wurden insgesamt sechs Veranstaltungen angeboten.

In Kooperation mit dem Amt für Statistik und dem Seniorenamt wurde eine **Befragung der Bewohner\*innen (postalisch und online)** erstellt und die erhobenen Daten statistisch ausgewertet. Durch diese Kooperationen war es möglich explizit Bewohner\*innen aus den fokussierten Gruppen zu erreichen. Der Fragebogen wurde an 750 Haushalte im Alter 60+ beider Stadtteile versendet. Die Rücklaufquote lag bei 33% (242 Fragebögen) und lässt somit valide Aussagen zu. Abgefragt wurde die Lebens- und Wohnsituation, die Zufriedenheit damit und die sich hierauf auswirkenden Faktoren. Studierende hatten ebenfalls die Möglichkeit sich an einer auf sie zugeschnittenen, reinen Onlineumfrage zu beteiligen. Die Resonanz dieser fiel jedoch sehr gering aus. Um Studierende derzeit zu erreichen, müssen attraktive Angebote geschaffen werden, in denen sie direkten Kontakt zu Mitstudierenden und den älteren Bewohner\*innen haben können.

Die geplante **Auftaktveranstaltung** des Stadtviertelprojekts musste im Oktober 2020 wegen des Lockdowns kurzfristig abgesagt werden. Geplant war eine Art "Markt" aufzubauen, bei dem verschiedene Akteure aus dem Quartier präsent sein wollten und interaktive Erhebungsmethoden wie die Nadelmethode angeboten werden sollten. Im Juni 2021 konnte die Veranstaltung in angepasster Form nachgeholt werden. „Zwischen Tür und Angel“ – um die Infektionsgefahr gering zu halten - hatten Bewohner\*innen und andere Interessierte die Möglichkeit sich bei Waffeln und Kaffee über das Projekt zu informieren und eigene Ideen einzubringen.

Angelehnt an die Erhebungsmethode der Autofotografie gab es einen **Fotowettbewerb**. Bewohner\*innen waren angehalten „ihren Ort“ im Viertel zu fotografieren und selbst einzuordnen, weshalb sie diesen Ort wählen. 21 Bilder wurden eingesandt, die Gewinner-Bilder werden mit Porträt der Fotograf\*innen und ihrer Perspektive auf Altstadt und Burgberg auf dem [projekteigenen Blog](#) präsentiert.



Einsendung Fotowettbewerb: "Blick über die Stadt"  
(Foto: Jörn Pässler)

Um gemeinsam den Sozialraum von Altstadt und Burgberg zu erschließen hat 2021 ein **Stadtspaziergang** mit Kooperationspartner\*innen und Expert\*innen/Vertreter\*innen der Politik stattgefunden. Stadtspaziergänge mit Bewohner\*innen werden auch künftig fortgeführt. Bereits nach dieser ersten Phase des Projekts zeichnet sich ab, dass ein hohes Interesse der Bewohner\*innen an der Verbesserung der nachbarschaftlichen Strukturen besteht.

Das Jahr 2021 war durch die Bedarfserhebung, das Netzwerken mit Kooperationspartner\*innen und die Befragung von Expert\*innen geprägt, die ihre Umsetzung schließlich in konkreten Planungen fanden. Als Bedarfe wurden unter anderem Räume der Begegnung ohne Konsumzwang ermittelt. So begann die Schaffung von Räumen der Begegnung wie dem **Café digital** und das **Nachbarschaftsfrühstück** wurde geplant. Das monatliche Nachbarschaftsfrühstück wurde in Kooperation mit dem Seniorenbüro und der Teilerei entwickelt und soll einen generationenübergreifenden Treffpunkt im Gemeindezentrum b11 bilden. Durch die Teilerei und das Seniorenbüro als Partner werden unterschiedliche Zielgruppen erreicht. Ebenso begann im November 2021 die



Planung eines gemeinsam mit Bewohner\*innen erstellten multimedialen Rundgangs zu Geschichte der Viertel, der maßgeblich von einem Stadtviertelbewohner angestoßen wurde. Hierin findet spiegelt sich der Bedarf nach interessenbasierten Projekt- und Arbeitsgruppen wieder, die sich im Viertel engagieren.

## **4 Beratungsstelle DiA - Depression im Alter**

Die seit 2013 existierende Anlaufstelle für ältere Menschen mit Depressionen und ihre Angehörigen hat niedrighschwellige, psychosoziale und leistungerschließende Beratungs- und vielfältige Unterstützungsmöglichkeiten für Klient\*innen zum Ziel sowie Öffentlichkeits- und Aufklärungsarbeit zu Depressionen im Alter.

Der Verein Dreycedern e.V. hat es sich zur Aufgabe gesetzt, ältere Menschen mit Depression sowie deren Familien zu begleiten und zu unterstützen. Gleichzeitig liegt ein weiteres Augenmerk auf der Vernetzung mit anderen Institutionen in Erlangen und der Umgebung, um hier und in der breiten Öffentlichkeit auf die Thematik aufmerksam zu machen und nach Möglichkeit auch weiterhin das Versorgungsfeld verbessern zu können.

### **4.1 Beratung**

Insgesamt wurden im Jahr 2021 503 Kontakte zu 65 Personen erfasst, was den Bedarf an langfristiger und intensiver Begleitung der Klient\*innen abbildet. Neben diesen Kontakten mit direktem Bezug zu den Klient\*innen (dazu zählen hier neben Betroffenen und Angehörigen auch soziales Umfeld, Ehrenamtliche und gesetzliche Betreuung/Vernetzung) bestanden zahlreiche Kontakte zu Netzwerkpartner\*innen, die über den Kontext der Klient\*innen-Beratung hinausgingen und hier nicht mitgezählt wurden.

Grundsätzlich ist die eigenständige Kontaktaufnahme zur Beratungsstelle ein wichtiges Kriterium in der Inanspruchnahme der niederschweligen kostenfreien Beratung. Je nach Fragestellung und Auftrag der Klient\*innen unterscheidet sich die Häufigkeit und Dauer. Der Rhythmus der Gespräche wird daher immer wieder individuell vereinbart, im Schnitt findet alle vier Wochen ein Gespräch pro Klient\*in statt. In Krisensituationen beziehungsweise bei gezielten Nachfragen kann dieser Kontakt natürlich intensiviert werden.

Die von Klient\*innen und deren Angehörigen eingebrachten Themen umfassen ein breites Spektrum. Es werden beispielsweise Strategien zur Krankheits- und Alltagsbewältigung, familiäre Belastungen oder Umgang mit erkrankten Angehörigen thematisiert. Auch Veränderungen des Älter-Werdens und damit verbundene Unterstützungs- und Entlastungsleistungen wurden besprochen beziehungsweise Information und Kontakte zu weiterführenden Behandlungsstellen weitergegeben. Die Corona-Pandemie und die damit verbundenen Folgen im Alltag sowie mögliche Ängste in Bezug auf die Krise waren weiterhin bei vielen Klient\*innen ein großes Thema in der Beratung.

### **4.2 Gruppenangebote**

Neben psychosozialen Einzelgesprächen ist bei der Bewältigung einer Depressionserkrankung der Austausch mit anderen Betroffenen sowie die Vermeidung von Isolation und Einsamkeit aufgrund der Krankheitsfolgen von großer Bedeutung. Daher ist es ein großes Anliegen der Beratungsstelle DiA, solche Gruppenangebote zu schaffen.

Anfang 2019 wurde der **Gesprächskreis „Mittelpunkt“** als moderierte Gesprächsgruppe für ältere Menschen mit Depressionen ins Leben gerufen. Neben Austausch eigener Erfahrungen im Alltag und zu eigenen Bewältigungsstrategien sind Themen der Psychoedukation weitere inhaltliche Bestandteile des Gesprächskreises.

Im September 2020 startete der schon länger geplante **Gesprächskreis „Atempause“** für Angehörige von älteren Menschen mit Depression, der einmal im Monat angeboten wurde. Hier stehen ebenfalls der Selbsthilfe- und Austauschaspekt im Vordergrund sowie psychosoziale Themen und Möglichkeiten zum Umgang mit der Depression.

Eine **Schulung für Angehörige von älteren Menschen mit Depression** wurde in 2020 konzipiert und im Frühjahr 2021 angeboten. Es meldeten sich nicht ausreichend Teilnehmende an, so dass die Schulung in eine kürzere Alternative für die vier interessierten Angehörigen umgewandelt wurde. Die Kompaktschulung konnte im Mai und Juni bei 2 Terminen mit 4 Teilnehmenden (3 Töchter, 1 Sohn) stattfinden. Neben Grundlagen wie Diagnostik und Symptomen ging es inhaltlich vor allem um die Auswirkungen der Depression auf den Alltag, die Abgrenzung als Angehörige\*r sowie die eigenen Handlungsmöglichkeiten und –spielräume.

Ziel des **Projektes Wegbegleiter\*innen** ist die ehrenamtliche Einzelbegleitung von älteren Menschen mit Depression, bei der in regelmäßigen Treffen positive Anregungen für die Freizeitgestaltung geschaffen werden können, da dies im Rahmen der Depression alleine oft schwerfällt. Es geht dabei nicht um pflegerische oder hauswirtschaftliche Betreuung und auch nicht vorrangig um die Erledigung alltagsrelevanter Themen, sondern ist auf individuelle, die Lebensqualität steigernde Aktivitäten ausgerichtet. In 2021 war die Schulung zur\*m „Wegbegleiter\*in“ geplant, kam jedoch leider nicht zustande. Für 2022 ist eine verstärkte Werbung und bei genügend Interesse eine Schulung geplant, ansonsten ist auch eine Einzelschulung von Ehrenamtlichen möglich. Aufgrund der positiven Erfahrungen der aktuellen ehrenamtlichen Einzelbegleitung sind wir weiter bestrebt, das Projekt auszubauen und mehr älteren Menschen mit Depression dieses Angebot zu ermöglichen.

#### **4.2.1 Öffentlichkeitsarbeit**

Informationsvermittlung, Aufklärung und Enttabuisierung sind ebenfalls wichtige Ziele der BERATUNGSSTELLE DiA - DEPRESSION IM ALTER, die durch regelmäßige Präsenz gerontopsychiatrischer Themen in den Medien und auf öffentlichen Veranstaltungen erreicht werden sollen.

Im Rahmen der **DiA-Vortragsreihe** wurde Ende Juni 2021 der Vortrag **„Depressiv?! Ich doch nicht – aber...trotzdem ist die Angst ein ständiger Begleiter in meinem Leben“** digital angeboten. Die 18 teilnehmenden Personen erfuhren vom Referenten Christian Zottl, Geschäftsführer der Geschäftsstelle Deutsche-Angst-Hilfe e.V., viele Grundlagen zum Thema Angst als ständigen Begleiter und tauschten sich anschließend angeregt mit dem Referenten aus.

#### **4.2.2 Netzwerk-Arbeit in Erlangen und Umgebung**

Projekte und spezifische Angebote wurden das ganze Jahr über an verschiedene Multiplikator\*innen und Netzwerk-partner\*innen (z.B. Trägerunabhängige Pflegeberatung der Stadt Erlangen) weitergegeben, um auf die

Beratungsstelle DiA aufmerksam zu machen. Überregional ist die Beratungsstelle DiA in regelmäßigen Austausch mit den anderen gerontopsychiatrischen Fachstellen der Sozialpsychiatrischen Dienste in Mittelfranken. Ziel dieser Treffen sind Austausch der unterschiedlichen Erfahrungen aus der praktischen Arbeit sowie Weiterentwicklung der regionalen gerontopsychiatrischen Versorgung und Themen der gemeinsamen Öffentlichkeitsarbeit.

### 4.3 Erlanger Bündnis gegen Depression

Seit dem Jahr 2001 gibt es in Erlangen einen Zusammenschluss aus verschiedenen Institutionen, welche sich mit dem Thema Depression in vielfältiger Art und Weise auseinandersetzen. Als „Erlanger Bündnis gegen Depression“ ist dieser Zusammenschluss unter dem Dachverband des „Deutschen Bündnisses gegen Depression“ organisiert und wird in Erlangen vom Verein Dreycedern e.V. im Rahmen der Beratungsstelle DiA, koordiniert.

Derzeit sind im „Erlanger Bündnis gegen Depression“ folgende Institutionen aktiv:

- VEREIN DREYCEDERN E. V. als Koordination
- Klinik für Psychiatrie, Sucht, Psychotherapie und Psychosomatik im Klinikum am Europakanal
- Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Universität Erlangen-Nürnberg (inkl. Klinikseelsorge)
- Selbsthilfekontaktstelle KISS Mittelfranken e.V.
- Volkshochschule Erlangen
- Wabene – Begegnungen im Zentrum
- Caritas Erlangen, Sozialpsychiatrischer Dienst
- Gesundheitsamt Erlangen-Höchstadt, Sozialpsychiatrische Beratung
- Integrierte Beratungsstelle (Drogen- und Suchtberatung, Jugend- und Familienberatung, staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen)
- Psychologische Beratung bei Ehe- und Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung, Erzbistum Bamberg
- Projektstelle „Kommune inklusiv“



Die Bündnismitglieder tauschen sich dreimal jährlich bei Bündnistreffen aus und planen die gemeinsamen Veranstaltungen und Aktionen. Neben den aktiven Bündnismitgliedern besteht ein Netzwerk weiterer Kooperationspartner\*innen, welche das Bündnis punktuell bei einzelnen Veranstaltungen etc. unterstützen.

#### 4.3.1 Aktionstag gegen Depression 2021

Aufgrund der Corona-Pandemie empfahl sich auch für das Jahr 2021 eine andere Form des Aktionstages als sonst, da er üblicherweise als Präsenzveranstaltung zentral an einem Ort in Erlangen mit etwa 100 Teilnehmenden stattfand. Das Bündnis plante den Aktionstag als dezentrale Veranstaltung mit unterschiedlichen Angeboten jeweils bei den beteiligten Bündnispartner\*innen vor Ort. Das Motto des Aktionstages am 13.11. war „**Wege aus Depression und Einsamkeit**“. Hierzu wurden insgesamt 10 unterschiedliche Angebote von den Bündnispartner\*innen geplant. Dabei reichte das Angebotsspektrum von Vorträgen über Mitmach- und Kreativangebote bis hin zum Tag der offenen Tür mit Spielenachmittag. Stattfinden konnte das Angebot des Uniklinikums „Aktiv sein gegen Einsamkeit“ in veränderter Form (Dr. Judith Walloch und Prof. Demling), die Veranstaltung „Lust auf Humor und Leichtigkeit?“ (mit Schauspielerin und Clownfrau Lea Schmocker) von „Kommune Inklusiv“ sowie die beiden Kurse der VHS (Resilienz in der Natur und achtsames Yoga).

Als gemeinsame Auftaktveranstaltung wurde am Abend vorher der Vortrag „Einsamkeit – Leid und Chance“ im Saal von Dreycedern e.V. angeboten und für den bündniseigenen Youtube-Kanal aufgenommen. Als Referentin konnte Frau Dr. phil. Dr. med. Gabriele Stotz-Ingenlath, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie der Fliedner Klinik Berlin, gewonnen werden.

### 4.3.2 Öffentlichkeitsarbeit

Für den digitalen Aktionstag im Jahr 2020 wurde im August desselben Jahres ein bündniseigener Youtube-Kanal eingerichtet mit dem Ziel, diesen auch langfristig zur Öffentlichkeitsarbeit des Erlanger Bündnisses zu nutzen. Der Kanal ist unter [www.youtube.com/c/erlangerbündnisgegendedpression](http://www.youtube.com/c/erlangerbündnisgegendedpression) zu finden. In 2021 erhielt das Bündnis eine Förderung der Deutschen Depressionsstiftung für weitere Videos, in denen sich die Bündnispartner\*innen Erlangens selbst vorstellen. Im Herbst 2021 konnten die ersten drei Einrichtungen gefilmt und nach und nach die fertig produzierten Videos veröffentlicht werden, alle anderen Vorstellungen der Bündnispartner\*innen sind für 2022 angedacht. Die Videos ermöglichen ein niedrigschwelliges Kennenlernen der Einrichtungen und vermitteln einen guten Überblick über die Angebote der Bündnispartner\*innen

Eine weitere Aktivität in 2021 war die Neuauflage des regionalen Bündnisflyers, der alle Einrichtungen des Bündnisses sowie weitere wichtige Anlaufstellen mit Kontaktdaten aufzeigt.

## 5 Fachstelle für pflegende Angehörige und Menschen mit Demenz

In Deutschland leben aktuell etwa 1,6 Millionen Menschen mit Demenz und ihre Anzahl wird in der Zukunft ansteigen (Deutsche Alzheimergesellschaft, 2021). Die Mehrheit der Betroffenen wird zu Hause von ihren Familien betreut und gepflegt. Demenz beeinflusst daher nicht nur das Leben der Betroffenen selbst, sondern stets auch das ihrer Angehörigen.

Ziel der Arbeit der FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ ist es, die betroffenen Familien individuell zu begleiten, stärkend zu unterstützen und gezielt zu entlasten. Um die Lebensqualität von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen zu verbessern, entwickelt die FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ eine breite Palette von psychosozialen Interventionen.

Der Fokus der Arbeit der FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ liegt auf einer auf Dauer angelegten psychosozialen Begleitung der Betroffenen und ihren Angehörigen während allen Phasen der Demenz. Je nach individueller Problem- und Bedarfslage haben die Beratungen unterschiedliche inhaltliche Schwerpunkte und erfolgen in verschiedenen Settings.

Parallel zu der individuellen Begleitung bietet die FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ zahlreiche Gruppenangebote an. Sie bezwecken die Verbesserung der Lebensqualität der Menschen mit Demenz und der Angehörigen und ermöglichen zugleich die soziale Teilhabe von Betroffenen und Angehörigen. Die Gruppenangebote umfassen ein breites thematisches Spektrum: von

psychoedukativen Schulungen über aktivierende und kreative Angebote für Menschen in verschiedenen Phasen der Demenz bis hin zu diversen inklusiven Veranstaltungen.

## **5.1 Rahmenbedingungen der Fachstellenarbeit im Jahr 2021**

Die weltweite Corona-Pandemie hat vieles grundlegend verändert. Auch in 2021 wurde die Arbeit der FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ an die Rahmenbedingungen der Pandemie angepasst, so dass die Entlastung und die Begleitung der betroffenen Familien weiterhin möglich waren. Das Fachstellen-Team hat fortlaufend an Lösungen gearbeitet, um die Menschen mit Demenz und ihre Angehörige zu erreichen und zu unterstützen. Folgende digitale Formate werden mittlerweile routinemäßig angeboten: digitale Schulungsangebote für Ehrenamtliche und Angehörige sowie videogestützte Gesprächskreise und Beratungen für Betroffene und Angehörige. Genauso wie 2020 wurden auch im Jahr 2021 besonders telefonische Gespräche sowie der Austausch per E-Mail von Klienten und Ehrenamtlichen als Kontaktmöglichkeit in Anspruch genommen. Durch diese Weiterentwicklung der bestehenden Angebote, können die Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen eine kontinuierliche psychosoziale Unterstützung von den Fachkräften erhalten oder sich untereinander austauschen, selbst dann, wenn sie ihr Zuhause nicht verlassen können. Es zeigt sich, dass die neu etablierten, digitalen Angebotsformate auch pandemieunabhängig von Bedeutung sind. Besonders geeignet sind diese für berufstätige Angehörige mit familiären Verpflichtungen, die wenig freie Räume für örtlich gebunden Termine haben, sowie für diejenigen, für die die Anfahrtswege zu beschwerlich oder zu zeitintensiv sind.

## **5.2 Beratungen für pflegende Angehörige und Menschen mit Demenz**

Die Arbeit der Fachstelle zielt auf eine dauerhafte psychosoziale Begleitung von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen während allen Phasen der Demenz ab. Die Grundsätze der Arbeit der Fachstelle sind: Wahrnehmung der Interessen der Klient\*innen (anwaltschaftliches Handeln), Verschwiegenheit, Fachlichkeit, konfessionelle und weltanschauliche Neutralität und Unabhängigkeit. Der Beratungsprozess berücksichtigt alle Faktoren und Ressourcen, die für Ratsuchende und ihr Umfeld von Bedeutung sind (Ganzheitlichkeit). Weiterhin orientiert sich die Beratungsarbeit am psychosozialen Ansatz, mit dem vielfältige Zielsetzungen erreicht werden können. Diese reichen von der Weitergabe von Informationen über die Vermittlung praktischer Hilfestellungen bis hin zur Hilfe bei der Bewältigung von emotionalen Problemen und Konflikten.

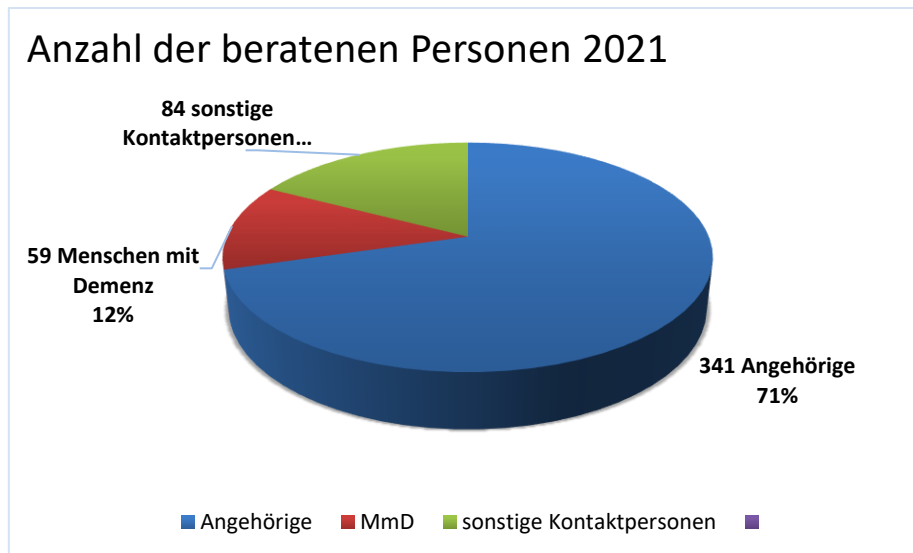


Abbildung 2: Anzahl beratener Personen im Jahr 2021

Insgesamt wurden im Jahr 2021 484 Personen beraten, von denen die Mehrheit mit einem Anteil von 71% (341 Personen) Angehörige von Menschen mit Demenz sind. 12% (59 Personen) der Hilfesuchenden sind selbst betroffen. Die Gruppe der Personen, die nicht mit Menschen mit Demenz verwandt sind, umfasste 2021 17% (84 Personen) der Klient\*innen. Der Trend, dass sich jedes Jahr mehr Personen an die Fachstelle wenden, bestätigt sich auch im Jahr 2021.

Aufgrund der Corona-Pandemie und den damit verbundenen Kontaktbeschränkungen wurden auch im Jahr 2021 die Mehrheit der Beratungen per Telefon durchgeführt. Außerdem fanden im Vergleich zum Vorjahr (508) deutlich mehr (1385) Kontakte per E-Mail statt. Dies ist ebenso mit den Pandemiebedingungen zu begründen, da Informationen zum Thema Demenz oder weiterführende Hilfen (z. B. Flyer, Verweise auf Internetseiten von Hilfeanbietern) oft im Nachgang an eine Telefonberatung zusammengestellt und per E-Mail versandt wurden. Die Anzahl der Videoberatungen, die mittlerweile als etabliertes Beratungsformat der Fachstelle angeboten werden, stieg im Vergleich zum Vorjahr um 52%. Damit dieses Angebot für unsere Zielgruppen zugänglicher gemacht werden konnte, wurde das Projekt „digitale Brückenbauer\*innen“ ins Leben gerufen. Im Rahmen des Projekts wurden Klient\*innen individuell und bedarfsorientiert bei der Nutzung von digitalen Angeboten unterstützt.

Die Mehrheit (79%) unseres Klientels erhielt 2021 mehr als eine Beratung. Dies entspricht auch der Zielsetzung der Fachstelle, eine auf Dauer angelegte psychosoziale Begleitung von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen während aller Phasen der Demenz zu gewährleisten.

Die Anzahl der Beratungskontakte, die die Einsätze der ehrenamtlichen Helfer\*innen thematisierten, ist 2021 ebenfalls gestiegen. Bei den meisten Beratungen werden mehrere Anliegen der Klient\*innen besprochen (Beratungen mit gemischten Inhalten), die psychosoziale Begleitung spielt dabei eine besondere Rolle. Familien von Menschen mit Demenz und Betroffene selbst wenden sich an uns, weil sie sich nach der Diagnosestellung über den möglichen Verlauf, die Folgen der Erkrankung sowie die Unterstützungsmöglichkeiten informieren möchten. In anderen Fällen wird die Beratungsstelle erst in einer Krisensituation aufgesucht.

## 5.3 Gruppenangebote

### 5.3.1 Angehörigengruppen als psychosoziale Gruppenangebote

Die Angehörigengruppen der Fachstelle sind fachlich angeleitete Gesprächskreise zum Erfahrungsaustausch und adressieren Angehörige von Menschen mit Demenz in verschiedenen Stadien der Erkrankung. Diese Gruppen werden jeweils von einer Fachkraft moderiert und geleitet. Die Angehörigengruppen werden sowohl als Präsenzveranstaltung als auch im Videokonferenz-Format angeboten. Im Jahr 2021 wurden vier verschiedene Gesprächskreise für je 2 Zeitstunden in der Regel monatlich angeboten.

### 5.3.2 Aktivierende Gruppen für Menschen mit Demenz

Diese Gruppen für Menschen mit Demenz haben im VEREIN DREYCEDERN E.V. Kurs- bzw. Seminarcharakter mit einigen Besonderheiten, die sie von herkömmlichen Kursen in der Erwachsenenbildung unterscheidet. So werden die Teilnehmer\*innen der Kurse bei Bedarf einen Tag vorher nochmals an den Termin erinnert. In den Kursen sind je nach aktueller Teilnehmer\*innenzahl und Betreuungsbedarf neben der Leitung des Kurses auch ehrenamtliche Betreuungspat\*innen anwesend, um die Teilnehmer\*innen bei Bedarf individuell unterstützen zu können.

Unser fortlaufender **Malkurs für Menschen mit Demenz** in verschiedensten Krankheitsstadien wurde auch im Jahr 2021 fortgesetzt. Die maximal 6 Teilnehmer\*innen des Malkurses treffen sich in der Regel wöchentlich für je zwei Zeitstunden. Malen ist eine Möglichkeit des nichtsprachlichen Ausdrucks. Selbst wenn die Teilnehmenden zuletzt in der Schulzeit einen Pinsel in der Hand hielten, können sie hier mit Farbe und Formen kreativ werden. Dabei erhalten sie das Maß an Hilfestellung, das sie benötigen. Die Mehrheit der teilnehmenden Menschen mit Demenz besucht diese Gruppen jahrelang, sie haben verschiedene Pflegegrade und befinden sich in allen Phasen der Demenzerkrankung. Der Malkurs fand in diesem Jahr 19x mit durchschnittlich 5 Teilnehmer\*innen statt.

Die wöchentlich stattfindende **Bewegungsgruppe „Fit ins Wochenende“** für Menschen mit Demenz in verschiedenen Phasen einer Demenzerkrankung wird von einer Physiotherapeutin und von einer Fachkraft gestaltet und von zwei ehrenamtlichen Helfer\*innen begleitet. „Fit ins Wochenende“ fand in 2021 18x statt und wurde von durchschnittlich 3 Teilnehmer\*innen besucht.

Die **Betreuungsgruppe „DientagsTATort“** ist ein Angebot für Menschen mit mittelgradiger Demenz, 1x monatlich am Vormittag für zwei Stunden. Das Gruppenangebot dient der Aktivierung der Menschen mit Demenz und der Entlastung der Angehörigen. Es ermöglicht bei Bedarf psychosoziale Unterstützung der Angehörigen durch den parallel angebotenen Gesprächskreis für Angehörige. Feste Bestandteile des Programms der Betreuungsgruppe sind Bewegung (Spaziergang im Schlossgarten), Entspannung (Imbiss in einer gemütlichen, entspannten Atmosphäre), kognitive Anregung (u.a. Gedächtnisspiele, biografisches Erzählen, aktuelles Geschehen Stadt/Land) und Humor. Neben der gerontopsychiatrischen Fachkraft (Gruppenleitung) sind je nach



Gruppengröße und Mobilitätseinschränkung 1-2 Betreuungspat\*innen anwesend. Der „DienstagsTATort fand im Jahr 2021 8x statt, mit durchschnittlich 4 Teilnehmer\*innen.

Seit 2019 findet die **Betreuungsgruppe „Gemeinsam Aktiv!“** statt: Sie entstand aus dem integrativen Kursangebot „Bewegung trotz(t) Demenz“. Die Gruppe trifft sich 1x wöchentlich, um Körper und Geist fit zu halten und der Demenz aktiv entgegenzutreten. Mit koordinativen Übungen, Ausdauerspielen, Gleichgewichtsübungen und anderen Bewegungsformen soll positiver Einfluss auf das psychische Wohlbefinden ausgeübt und die motorische Leistungsfähigkeit gefördert werden. Zielgruppe des Angebots sind Menschen im frühen Stadium der Demenz. Das Angebot „Gemeinsam Aktiv!“ fand im Jahr 2021 4x statt, mit durchschnittlich 3 Teilnehmer\*innen mit beginnender Demenz.

Der **„Frühstückstreff“** für Menschen mit beginnender Demenz ist ein Angebot für Paare, da parallel zu dem Aktivierungsangebot ein Gesprächskreis für Angehörige stattfindet. Das Konzept des Aktivierungsangebotes sieht den Rahmen einer festen Struktur für Austausch, Bewegung und Aktivierung und eine möglichst selbständige Gestaltung der Themenauswahl durch die Menschen mit Demenz vor. Der Frühstückstreff fand im Jahr 2021 9x statt, mit durchschnittlich 4 Teilnehmer\*innen.

Das Angebot **„Parkspaziergang“** für Menschen mit beginnender Demenz ist insbesondere an Menschen mit einer leichten bzw. beginnenden Form einer Demenzerkrankung adressiert. Ziel ist, den erkrankten Menschen einen Raum zu geben, mit anderen Menschen in Kontakt zu treten, Gemeinschaftlichkeit und Wertschätzung zu erfahren und somit soziale Teilhabe zu ermöglichen sowie die betreuenden An- und Zugehörigen in dieser Zeit zu entlasten. Vorgesehen sind für das Angebot eine gemeinsame Gesprächsrunde in den Räumlichkeiten des Vereins und abhängig von den Wetterbedingungen ein Spaziergang durch die nahe gelegenen Parks/Gärten (Schlossgarten oder Botanischer Garten, Erlangen). Der Parkspaziergang fand im Jahr 2021 3x statt, mit einer durchschnittlichen Teilnehmerzahl von 3 Teilnehmer\*innen.

### 5.3.3 Weitere Angebote

**Die Angehörigenschulung „EduKation Demenz“** nach dem Konzept EduKation Demenz von Frau Prof. Dr. Sabine Engel ist ein nachhaltiges Instrument, das der FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ zur Verfügung steht. Das Gruppenangebot vermittelt Wissensinhalte über das Krankheitsbild Demenz und seine Auswirkungen, über die Kommunikation mit Betroffenen und über Entlastungsmöglichkeiten. Die Angehörigenschulung „EduKation Demenz“ wurde 2x im digitalen Format durchgeführt, insgesamt haben 13 Personen im Jahr 2021 diese Schulung absolviert.

**Die Schulung „EduKation Familie“** für Menschen mit beginnenden Demenzen und ihre Angehörigen wurde 1x durchgeführt, insgesamt haben 4 Personen diese Schulung im Jahr 2021 absolviert. Dieses Seminar fördert einen adäquaten Umgang mit dem Krankheitsbild Demenz, trägt zu einem konfliktärmeren Alltagsleben als Paar bei, vermittelt Stressbewältigungsstrategien und fördert die Lebens- und Beziehungsqualität.

Die **inkluisiven Gruppenangebote** richten sich sowohl an Menschen mit Demenz als auch an alle anderen Personen und bezwecken die soziale Teilhabe unabhängig von Faktoren wie Alter, Erkrankung oder Sprachkenntnisse zu ermöglichen. Leider konnten unsere inklusiven Gruppen pandemiebedingt nur selten stattfinden. So traf sich die **inklusive Spielegruppe „SpielRaum“** 4x digital und 1x im Präsenzformat.

Bei Fragen zur Diagnosestellung „Demenz“, zu einem Arztbrief, einem Medikament, bei Beratungs- und Unterstützungsbedarf im Umgang mit der eigenen Demenzerkrankung oder der eines Familienangehörigen stand Frau Prof. Engel, langjährige Mitarbeiterin der Gedächtnissprechstunde am Klinikum am Europakanal, wie auch in den letzten Jahren einmal monatlich zwei Stunden lang in ihrer **Offenen Sprechstunde „Ich habe eine Frage zum Thema Demenz!“** als Ansprechpartnerin zur Verfügung. Aufgrund der Pandemie wurde dieses Angebot in 2021 telefonisch als Einzelberatung angeboten.

Ende 2001 entstand der **Ehrenamtlicher Helfer\*innenkreis zur Entlastung betreuender und pflegender Angehöriger, die „Erlanger Betreuungspat\*innen“** mit dem Ziel, durch die ehrenamtliche Begleitung von Menschen mit Demenz ihre Angehörigen zu entlasten. 25 im häuslichen Bereich eingesetzte Betreuungspat\*innen leisteten in der Einzelbetreuung von Menschen mit Demenz insgesamt 1962,75 Zeitstunden. Die Einsätze der Ehrenamtlichen finden in der Regel in der Häuslichkeit der Familien statt. Um das Infektionsrisiko zu minimieren, wurden im Jahr 2021 viele Einsätze auch im Freien, z.B. bei einem Spaziergang, durchgeführt. Die Mehrheit der Betreuten wohnt mit dem/der Ehepartner\*in in einer gemeinsamen Wohnung oder im Haushalt bzw. in einer eigenen Wohnung bei den Kindern. Ein kleinerer Anteil hat eine Wohnung im Betreuten Wohnen oder eine Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz bezogen. Auch die Anzahl der alleinlebenden Menschen mit Demenz ist eine Gruppe, die den Pat\*innen bei ihren Einsätzen und im Kontakt mit den entfernt lebenden Angehörigen ein besonderes Verantwortungs- und Fingerspitzengefühl abverlangt. Die Zielgruppe, die durch die Einsätze der Betreuungspat\*innen entlastet wird, bilden die pflegenden und begleitenden Angehörigen. Diese sind in ihrer Mehrheit die Ehepartner\*innen von Menschen mit Demenz. Immer öfter begleiten aber auch die noch berufstätigen Kinder, Schwiegerkinder und auch Enkelkinder die Betroffenen. Besonders für diese häufig mehrfach belasteten jüngeren Angehörigen sowie für die entfernt wohnenden Angehörigen ist die Entlastung durch die ehrenamtliche Begleitung von enormer Bedeutung.

## 5.4 Bewertung der Arbeit

Einige der wichtigsten Aspekte der Fachstellenarbeit im Jahr 2021 werden hier zusammengefasst:

- **Digitalisierung der Angebote der Fachstelle:** Die Corona-Pandemie hat die enorme Bedeutung der Digitalisierung für jeden Lebensbereich deutlich gezeigt. Die Teilnahme an videogestützten Gruppen- und Einzelangeboten stellt für unsere Klient\*innen eine wichtige Möglichkeit der sozialen Teilhabe dar. Folgende digitale Formate des Angebotsspektrums der Fachstelle wurden im Jahr 2021 durchgeführt:
  - videogestützte Gesprächskreise für Angehörige und Menschen mit Demenz
  - videogestützte Beratungsgespräche
  - digitale Fortbildungen und Schulungsangebote für Ehrenamtliche und Angehörige
  - Webinare und Vorträge zum Thema Demenz

Um den Klient\*innen und Ehrenamtlichen den Zugang zu digitalen Angeboten zu ermöglichen, wurde 2021 das **Projekt „Digitale Brückenbauer\*innen“** ins Leben gerufen und erfolgreich umgesetzt. Ziel des Projekts ist es, durch bedarfsorientierte Unterstützung Angehörige von Menschen mit Demenz, Betroffene sowie Ehrenamtliche zur aktiven Nutzung von digitalen Angeboten zu befähigen und zu motivieren. Gefördert wurde das Projekt von den Demenzfonds. Folgende Maßnahmen wurden im Rahmen des Projekts umgesetzt:

- Individuelle Unterstützung durch ehrenamtliche „Digitale Brückenbauer\*innen“, auch per Hausbesuch
- Workshops zu Themen wie Internetnutzung und Videokommunikation mit Zoom und Jitsi
- Leihgabe von Tablets zur Teilnahme an digitalen Angeboten und Workshops

Die Relevanz von digitalen Unterstützungsangeboten wird auch unabhängig von den Bedingungen der Pandemie hoch bleiben. Besonders für mehrfachbelastete Angehörige, die gleichzeitig die Betreuung der erkrankten Person und ihre eigenen beruflichen und familiären Verpflichtungen koordinieren müssen oder auch für entfernt lebende Angehörige ist die digitale Teilnahme an Entlastungs- und Informationsangeboten ein sehr geeignetes Mittel.

**Aufbau von Betreuungs- und Aktivierungsangebote, insbesondere für Menschen mit beginnender Demenz:** Die Mitarbeiter\*innen der Fachstelle beobachten schon länger den Trend, dass die Anzahl der Menschen mit beginnenden Demenzen, die sich selbst an die Berater\*innen wenden oder Gruppenangebote anfragen, steigt. Auch immer mehr Paare möchten sich gemeinsam mit den Konsequenzen der Demenzdiagnose auseinandersetzen. Nur wenige Einrichtungen bieten für diese Klient\*innengruppe aktuell geeignete Angebote an. Auch dieses Jahr entstand ein neues Angebot: **„Sprechstunde für Menschen mit beginnenden Demenzen“**. Das niederschwellige Angebot richtet sich an die Gruppe der Menschen mit Demenzen im Anfangsstadium und ihre Vertrauenspersonen.

## 5.5 Zukunftsperspektiven

Die FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ möchte mit ihrer Arbeit betroffene Familien individuell begleiten, stärkend unterstützen und gezielt entlasten. Um diese Ziele zu erreichen, werden folgende Bereiche auch in der Zukunft die Fachstellenarbeit prägen: Digitalisierung der Angebote, Anpassung der Arbeit an die Post-Pandemiebedingungen, Auf- und Ausbau von Angeboten für Menschen mit beginnender Demenz sowie inklusive Angebote.

Weitere, konkrete Aufgaben für 2022 sind: die Kooperation mit dem Pflegestützpunkt Erlangen sowie die Zusammenarbeit mit dem Kooperationspartner\*innennetzwerk, um weiterhin gemeinsam zur Verbesserung der Lebensqualität von betroffenen Familien beitragen zu können.

## 6 Unterstützung und Mitgliedschaft

Ihre Gesundheit ist Ihnen wichtig? Sie haben eine Frage zu Demenz?

Sie fühlen sich oft niedergeschlagen und allein?

Oder kennen jemanden, dem oder der es so geht? Dann können Sie uns und andere unterstützen. Der VEREIN DREYCEDERN E. V. wird mit öffentlichen Mitteln unterstützt. Darüber hinaus sind wir auf Spenden angewiesen. Eine ganze Reihe an Projekten und Angeboten, besonders in den Bereichen Demenz und Depression, können wir nur mit Ihrer Unterstützung weiter anbieten.

### Unterstützen Sie uns!

Wir freuen uns daher über jeden kleinen, aber auch größeren Betrag, den Sie uns als Spende zukommen lassen. Der VEREIN DREYCEDERN E. V. ist gemeinnützig anerkannt und wir schicken Ihnen gerne eine Spendenbescheinigung zu.

Wenn Sie der Meinung sind, dass Spenden zu besonderen Anlässen, sei es glücklichen oder traurigen, eine gute Sache sind, dann lassen Sie das Ihr Umfeld wissen. Teilen Sie mit, dass Sie sich eine Spende an uns statt Geschenke oder Blumen wünschen.

### Werden Sie Mitglied im Verein Dreycedern e. V.

Neben der Möglichkeit zu spenden, können Sie uns auch mit einer Mitgliedschaft unterstützen. Diese Form ist nicht nur für uns nachhaltig, sondern Sie haben auch etwas davon, so zum Beispiel Vergünstigungen auf viele unserer Kurse und Veranstaltungen. Bitte rufen Sie uns unter 09131 90768-00 an oder schicken Sie uns eine E-Mail an [info@dreycedern.de](mailto:info@dreycedern.de). Wir informieren Sie gerne zu allen Fragen einer Mitgliedschaft.

**Spendenkonto: Sparkasse Erlangen, Konto: 24 00 19 20, BLZ: 763 500 00**

**BIC: BYLADEM1ERH, IBAN: DE62763500000024001920**

### Impressum

Verein Dreycedern e. V.  
Altstädter Kirchenplatz 6  
91054 Erlangen  
[www.dreycedern.de](http://www.dreycedern.de)

09131 90 768 00  
[info@dreycedern.de](mailto:info@dreycedern.de)

Stand: Juli 2022