



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“

Inhalt

Jahresbericht 2021	1
1 Wer wir sind	4
1.1 Vorstand.....	5
1.2 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter	5
1.2 Finanzierung	7
1.3 Öffentlichkeitsarbeit.....	9
1.4 Vernetzung mit anderen Einrichtungen.....	Fehler! Textmarke nicht definiert.
1.5 Qualitätsentwicklung im Verein Dreycedern e.V. – Corona-Edition	9
2 Treffpunkt Gesundheitsbildung in der zweiten Lebenshälfte	11
2.1 Themenschwerpunkte der fortlaufenden und einzelnen Kurse	11
2.1.1 Inklusive Angebote	12
2.2 Einblick in die Statistik im Kurs- und Veranstaltungsbereich.....	12
2.3 Treffpunkt für Selbsthilfegruppen und andere Gruppen	13
3 Stadtviertelprojekt „Altstadt trifft Burgberg“	14
3.1 Bedarfserhebungsphase und digitale Angebote	15
3.2 Zusammenfassung: Bedarfserhebung, Öffentlichkeitsarbeit, Planung und Vernetzung	17
4 Beratungsstelle DiA - Depression im Alter	17
4.1 Theoretischer Hintergrund	17
4.2 Rahmenbedingungen.....	18
4.3 Beratung	18
4.4 Gruppenangebote	22
4.4.1 Spezielle Gruppenangebote der Beratungsstelle DiA.....	22
4.5 Ehrenamtsprojekt „Wegbegleiter*innen“	23
4.6 Kooperation – und Netzwerkarbeit.....	24
4.6.1 Öffentlichkeitsarbeit	24
4.6.2 Kooperation mit dem Klinikum am Europakanal	24
4.6.3 Netzwerk-Arbeit in Erlangen und Umgebung.....	24
4.7 Erlanger Bündnis gegen Depression	24
4.7.1 Aktionstag gegen Depression 2021	25
4.7.2 Öffentlichkeitsarbeit	26
4.7.3 Kooperation mit Deutschem Bündnis	26
4.8 Zusammenfassung und Ausblick	27
5 Fachstelle für pflegende Angehörige und Menschen mit Demenz	29

5.1	Rahmenbedingungen der Fachstellenarbeit im Jahr 2021.....	29
5.2	Beratungen für pflegende Angehörige und Menschen mit Demenz.....	30
5.3	Gruppenangebote	33
5.3.1	Angehörigengruppen als psychosoziale Gruppenangebote	33
5.3.2	Aktivierende Gruppen für Menschen mit Demenz	33
5.3.3	Weitere Angebote	35
5.4	Ehrenamtlicher Helferkreis zur Entlastung betreuender und pflegender Angehöriger „Erlanger Betreuungspat*innen“	36
5.5	Bewertung der Arbeit	37
5.6	Zukunftsperspektiven	38
6	Unterstützung und Mitgliedschaft.....	38
7	Literaturangaben	40
7.1	Literaturverzeichnis.....	40

Erlangen, Juli 2021

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“

Beim Deutschen Hilfswerk beantragt und durch Einnahmen der Deutschen Fernsehlotterie ermöglicht startete im Herbst 2021 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 Vorstand

Im Juli 2021 wurde der ehrenamtliche Vorstand neu gewählt und ist seitdem in dieser Besetzung tätig:

1. Vorsitzende: Dr. Olaf Linhart

2. Vorsitzende: Dr. Hanna Moritzen

Schatzmeisterin: Andrea Winkler

Der Beirat besteht seitdem aus Dr. Jürgen Binder, Prof. Dr. Karl-Günter Gaßmann, Christian Lehrmann, Dr. Richard Mahlberg, Prof. Dr. Sabine Engel, Birgit Hartwig, Dieter Rosner, Maria Werner.

1.2 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

2021 arbeiteten folgende MitarbeiterInnen beim VEREIN DREYCEDERN E. V.:

Geschäftsführung und Leitung

Petra Mahr

Informatik-Betriebswirtin (VWA) und Krankenschwester, Geschäftsführerin

Juliane Fabian

Soziologin (Univ. Dipl.), Geschäftsführerin

Velislava Marinova-Schmidt
Diplom-Psychogerontologin, Fachstellenleitung

Fachpersonal in den Beratungsstellen

Brigitte Andraschko
Fachpflegerin für Gerontopsychiatrie und geriatrische Rehabilitation

Jasmin Gobin (ab September 2021)
Gerontologin (M.Sc.), Systemische Beraterin, Koordinatorin „Erlanger Bündnis gegen Depression“

Franziska Jesch (bis Juni 2021)
Soziale Arbeit (BA), Gerontologin (MA), Koordinatorin „Erlanger Bündnis gegen Depression“

Dorothee Klaas-Ickler
Gerontologin (M. Sc.)

Claudia Lottes
Logopädin und systemische Familientherapeutin

Birgit Sollmann
Diplom-Sozialpädagogin (FH) und Systemische Beraterin

Veronika Stein
M.A. (Soziologie, Psychologie, Gesundheitsmanagement). Ergotherapeutin

Stadtviertelprojekt

Lea Sandberg (bis Dezember 2021)
Kulturgeografin (M.A.)

Charlotte Liebel (ab Dezember 2021)
Kulturgeografin (M.A.)

Teamassistenz und Verwaltung

Kerstin Baumgartner
Kaufmännische Buchhaltungsfachkraft

Eva Müller
Kauffrau in Bürokommunikation

Anne Ober
Diplomagraringenieurin, ausgebildete Betreuungspatin

Hauswirtschaftliche Unterstützung

Harald Kundinger

Sofia Qafa/Denis Bekirov

Ehrenamtliche Unterstützung und freie Mitarbeiter*innen

Neben dem ehrenamtlich tätigen Vorstand waren im Jahr 2021 im Schnitt 25 Personen ehrenamtlich stundenweise in der Betreuung von Menschen mit Demenz als geschulte Laienhelfer*innen („Betreuungspat*innen“) zur Entlastung pflegender Angehöriger engagiert. In Gruppen und Veranstaltungen für Menschen mit Demenz sind die Betreuungspat*innen ebenfalls aktiv. Sie unterstützen hier die Kurs- und Veranstaltungsleitungen, um den Betroffenen einen möglichst individuellen Aufenthalt in der Gruppe zu ermöglichen. Für ihr ehrenamtliches Engagement erhalten die Betreuungspat*innen eine Aufwandspauschale.

Die Kurse und Gruppen vor allem im TREFFPUNKT GESUNDHEITSBILDUNG IN DER ZWEITEN LEBENSHÄLFTE werden vorwiegend von freien Mitarbeiter*innen geleitet und inhaltlich gestaltet.

1.2 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 Pflege gefördert sowie durch die Stadt Erlangen.

Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege



Die BERATUNGSSTELLE DIA – DEPRESSION IM ALTER erhält außerdem eine jährliche Förderung vom Bezirk Mittelfranken.



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 € unterstützten.

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.

1.3 Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung

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.

1.4 Qualitätsentwicklung im Verein Dreycedern e.V. – Corona-Edition

Qualitätssicherung und -entwicklung hat schon immer einen hohen Stellenwert in der täglichen Arbeit des VEREINS DREYCEDERN E.V. Corona hat uns diesbezüglich vor völlig neue Herausforderungen gestellt, die wir sehr gut gemeistert haben. Länger geplante Projekte mussten und konnten sehr kurzfristig in die Tat umgesetzt werden, so dass der Verein aktuell besser aufgestellt ist, denn je.

Natürlich ist auch die stetige konzeptionelle Weiterentwicklung in allen Arbeitsbereichen eine notwendige Grundlage der Qualitätsentwicklung und Qualitätssicherung. Hier werden der Vorstand und das Team von den Beirätinnen und Beiräten unterstützt. Klausurtag, Fallbesprechungen, Supervision und Intervision für das hauptamtliche Team sowie regelmäßige Teilnahme an geeigneten Fortbildungs- und Supervisionsmaßnahmen gewährleisten dauerhafte Kompetenz und Weiterentwicklung. In der psychosozialen Arbeit sind die Mitarbeiter*innen und ihre spezifische Aus- und Weiterbildung schließlich das größte Kapital.

Konzept und Leitlinien des Handelns

Die Arbeit des VEREIN DREYCEDERN E. V. ist von konfessioneller und weltanschaulicher Neutralität und Unabhängigkeit geprägt. Freier und unbürokratischer Zugang zu den Angeboten sowie kostenfreie Beratungen in den Beratungsstellen FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ und BERATUNGSSTELLE DIA - DEPRESSION IM ALTER sind Grundlage des Konzepts. Kostenbeteiligungen bei bestimmten Gruppen und Vorträgen können häufig bei vorliegendem Pflegegrad von den Pflegekassen zurückerstattet werden.

Die Beratungen, bereitgestellten Informationen, Schulungen, Vorträge und Kurse vermitteln Wissen, unterstützen bei Gesundheitsproblemen und stärken gesundheitsbewusstes Handeln. Die Grundleitlinie aller Aktionen entspricht einem ganzheitlichen Verständnis von Gesundheit, das sich in körperlichem, geistigem und seelischem Wohlbefinden sowie sozialer Integration ausdrückt.

Die genauere Darstellung der Leitlinien findet sich in den schriftlichen Konzepten des TREFFPUNKTS GESUNDHEITSBILDUNG IN DER ZWEITEN LEBENSHÄLFTE, der BERATUNGSSTELLE DIA – DEPRESSION IM ALTER und der FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ, die auf Nachfrage gerne zur Verfügung gestellt werden.

Qualität in der Struktur

Die Räumlichkeiten des VEREINS DREYCEDERN E. V. am Altstädter Kirchenplatz 6 sind zentral in der Innenstadt gelegen und gut mit dem ÖPNV erreichbar. Sie sind barriere reduziert zugänglich (schwelfrei, behindertengerechte Toiletten, rollstuhlgerechtes WC im EG, Fahrstuhl). Durch die Verlagerung der Angebote in den digitalen Bereich ist der Verein mittlerweile auch für viele Menschen ohne ihr zuhause verlassen zu müssen erreichbar. Die Nutzung unserer (digitalen) Angebote durch Menschen in ganz Deutschland bestätigt die Qualität unserer Arbeit.

Der VEREIN DREYCEDERN E.V. mit seinen Arbeitsbereichen ist über telefonische und persönliche Sprechzeiten von Montag bis Donnerstag zu erreichen. In den übrigen Zeiten werden der Anrufbeantworter und auch die EMailkom-

munikation über die allgemeine Emailadresse des Vereins mehrmals täglich überprüft. Gesprächskreise, Beratungen, Vorträge und sogar auch Gymnastik-Kurse sind seit Mitte 2020 digital möglich gewesen. Alle Mitarbeiter*innen haben die Möglichkeit die sehr gute technische Ausstattung des Vereins für die Bedarfe ihrer Klient*innen zu nutzen.

Persönliche oder digitale Beratungen in den Beratungsstellen finden ganztägig auch außerhalb der Sprechzeiten von Montag bis Freitag nach Vereinbarung statt.

Gerade der Zugang zu den beiden Beratungsstellen ist durch die Einbettung in die gesundheitsbildnerischen Aktivitäten des Vereins niedrigschwellig möglich. Die Funktion des VEREINS DREYCEDERN E. V. als allgemeiner Veranstaltungsort für Gesundheitsveranstaltungen und die zusätzliche Nutzung der Vereinsadresse als herkömmliches Wohnhaus sorgt dafür, dass ein anonymer Zugang zu den Beratungsstellen möglich ist.

Maßnahmen zur qualitativen und quantitativen Beurteilung der Arbeit

Die Ergebnisqualität wird neben Evaluationen von Angeboten auch über statistische Auswertungen gesichert. Die relevanten Zahlen aus dem Jahr 2021 sind bei den jeweiligen Fachbereichen im Folgenden dargestellt.

2 Treffpunkt Gesundheitsbildung in der zweiten Lebenshälfte

Als Einrichtung der Gesundheitsbildung bietet der Verein über das ganze Jahr laufende Kurse, Gruppen, Veranstaltungen und Workshops zu wesentlichen Gesundheitsthemen an. Mit Angeboten im somatisch-körperlichen, geistig-seelischen und sozialen Bereich deckt er alle Facetten ab, die zur Gesunderhaltung beitragen. Auch die Einbindung in die materielle Umwelt kommt in den Angeboten nicht zu kurz.

2.1 Themenschwerpunkte der fortlaufenden und einzelnen Kurse

Besonders im Bewegungsbereich bietet der VEREIN DREYCEDERN E. V. Kurse für Menschen in der zweiten Lebenshälfte an, die sich über das ganze Jahr erstrecken. Auch Menschen mit Einschränkungen im körperlichen, geistigen oder seelischen Spektrum sollen teilnehmen können.

In normalen Jahren finden die Gymnastikkurse - mit Ausnahme der Ferienzeiten des Vereins - das ganze Jahr hindurch statt. Aus organisatorischen Gründen sind sie (normalerweise) in Einzelkurse à 12 Einheiten unterteilt, die Fluktuation der Teilnehmer*innen ist gering.

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

Zusätzlich dazu wurden im Bereich körperlich-somatische Gesundheit 4 weitere Kurse angeboten und zwar mit den Themen:

- Yoga und Entspannung
- Qigong

2.1.1 Inklusive Angebote

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. Viele der Programmpunkte der Beratungsstelle DiA – Depression im Alter und der Fachstelle Demenz ergänzen sich daher beziehungsweise arbeiten die beiden Fachstellen eng zusammen. In 2021 haben unter anderem die Spielgruppe „Spiel-Raum – Begleiteter Spieletreffpunkt“, eine Kunstführung und zwei Vorträge („Palliativ-Care – zuhause bis zuletzt“ und „Gewalt im Leben älterer Frauen“) als inklusive Angebote stattgefunden.

2.2 Einblick in die Statistik im Kurs- und Veranstaltungsbereich

Die im Jahr 2021 angebotenen 21 Gymnastikkurse umfassten 245 Kurseinheiten, weitere 8 einzelne Kurse mit insgesamt 93 Kurseinheiten und einer Dauer von 60 - 120 Minuten ergänzten das Angebot.

Mit acht Einheiten fanden vier Einzelveranstaltung teils digital, teils in Präsenz statt.

Das heißt, im Jahr 2021 haben insgesamt 346 Kurseinheiten zwischen 45 und 120 Minuten stattgefunden.

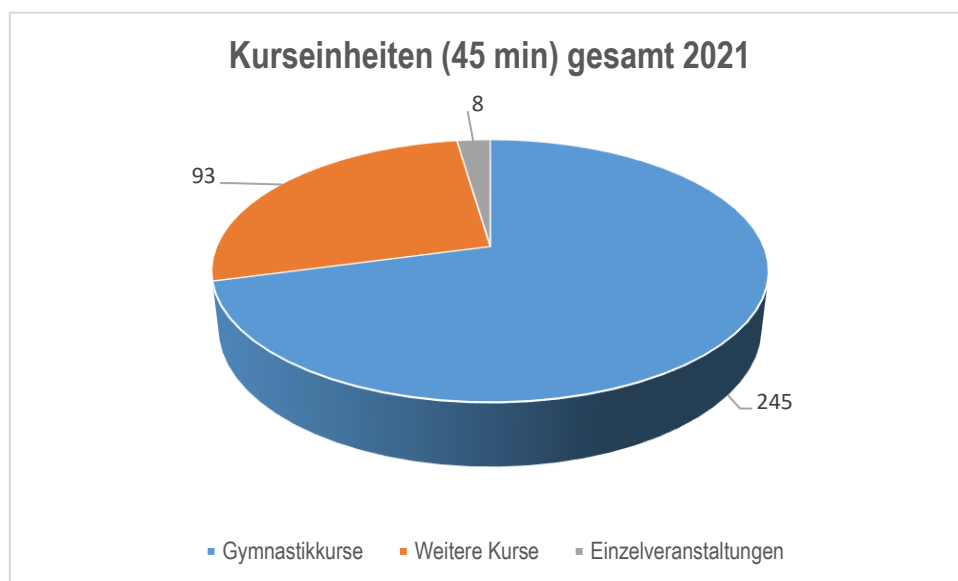


Abbildung 2: Summe Kurseinheiten 2021

Die 21 Bewegungskurse wurden von insgesamt 510 Teilnehmer*innen besucht, d. h. von durchschnittlich 9 Personen pro Kurs. (Abb. 3), die 8 einzelnen Kurse von 45 Teilnehmer*innen, also durchschnittlich von 7 Personen pro Kurs bzw. Veranstaltung.

45 Interessent*innen nahmen an den inklusiven Angeboten teil.

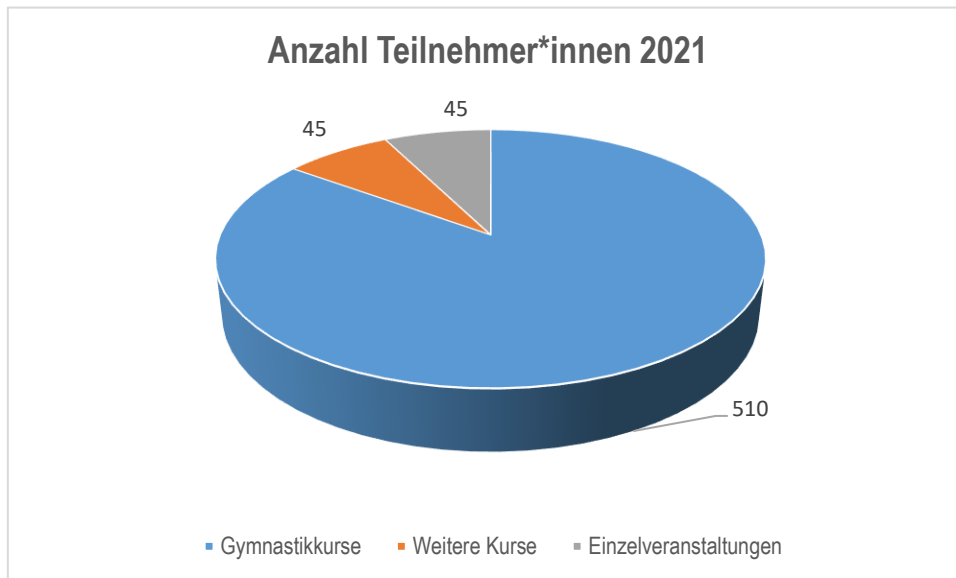


Abbildung 3: Anzahl Teilnehmer*innen 2021

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!

2.3 Treffpunkt für Selbsthilfegruppen und andere Gruppen

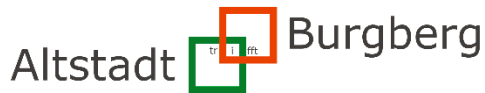
Das Haus der Gesundheit ist ein beliebter Treffpunkt für Selbsthilfegruppen. Regelmäßig treffen sich im Haus Selbsthilfegruppen zu den folgenden Themen:

- Depression
- Makuladegeneration
- Tinnitus
- Kriegskinder - Kriegsenkel

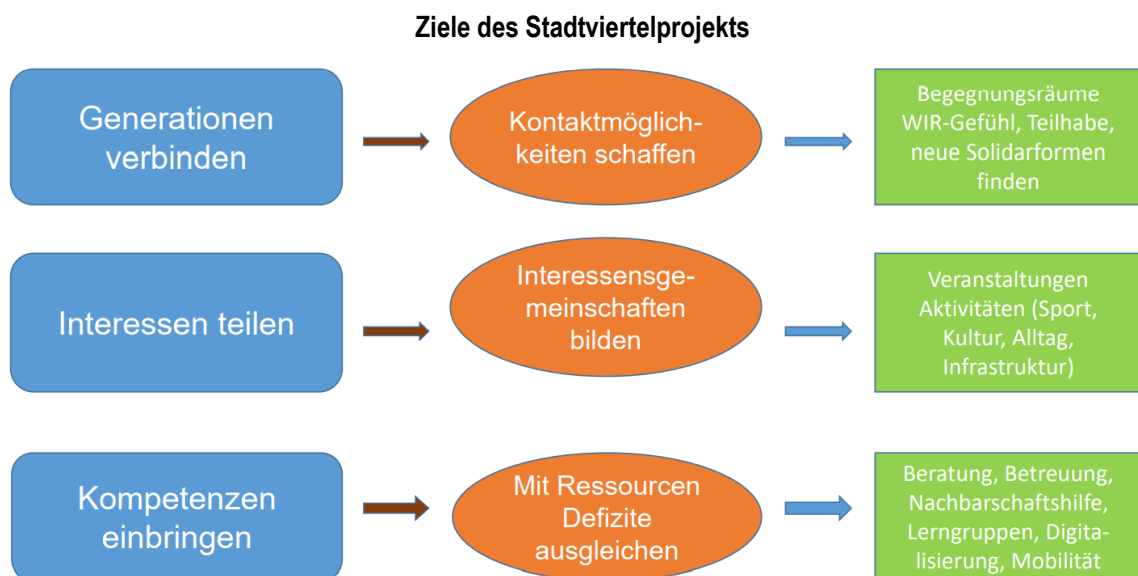
Der Verein bietet den Selbsthilfegruppen den Service, ihre Angebote im Programm des Vereins zu veröffentlichen und zu bewerben. Das Büro steht gerne als erste Informations- und Kontaktadresse zur Verfügung, wenn neue

Interessierte anfragen. Die Selbsthilfegruppen waren von den Corona-Einschränkungen nur teilweise betroffen, da es sich hier um ein psychosoziales Angebot handelt.

3 Stadtviertelprojekt „Altstadt trifft Burgberg“



Beim Deutschen Hilfswerk beantragt und durch Einnahmen der Deutschen Fernsehlotterie ermöglicht startete im Herbst 2020 bei Dreycedern ein Stadtviertelprojekt für die nördliche Innenstadt und den Burgberg, das 2021 mit einer ganzen Stelle besetzt werden konnte. Die 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 vorbeugend gegen drohende oder bereits vorhandene Einsamkeit. Das Projekt "Altstadt trifft Burgberg" verbindet darüber hinaus 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 Oktober 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.



3.1 Bedarfserhebungsphase und digitale Angebote

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 elf Kooperationspartnerschaften mit Akteuren im und um das Viertel geschlossen. Darüber hinaus ist das Projekt in unterschiedlichen Gremien und Arbeitsgruppen vertreten, wodurch die weitere Vernetzung der Akteure und der Zivilgesellschaft in den Stadtteilen gefördert wird. Einer der wichtigsten Aspekte dabei ist die Beteiligung der Bewohner*innen der Stadtteile in den Prozess. Denn sie sind die Expert*innen für ihre Lebenswelt und ihren Sozialraum. Dementsprechend wurde in der Bedarfserhebungsphase die Bewohner*innen und Akteure als Expert*innen ihrer Lebenswelt befragt. Im Zuge der Sozialraumanalyse des Quartiers sind hierbei, trotz pandemisch bedingter Hürden wie die Verlagerung von Bürger*innenbeteiligung vom öffentlichen in den digitalen Raum, unterschiedliche (partizipative) Methoden zur Anwendung gekommen.

Gruppengespräch online: Café digital

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. ein der beiden Zielgruppen des , die Senior*innen bzw. Bewohner*innen 60+ der beiden Stadtteile. Für eine fundierte Sozialraumanalyse ist es jedoch unumgänglich die Bewohner*innen partizipativ in den Prozess mit einzubinden. Nur so kann eine nachhaltige und Teilhabe sichernde Konzeption für die Entwicklung der Stadtteile und deren Sozialstruktur gewährleistet werden. Hierfür ist auch die Beziehungsarbeit eine stützende Säule für eine gelingende Zusammenarbeit mit den Bewohner*innen und letztlich für das Gelingen eines Stadtteilentwicklungsprojekts.

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. Beim *Café digital* sind Bewohner*innen 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 beteiligen sich 5 - 10 Personen. Auf Wunsch wurden zu themenspezifischen Treffen Expert*innen eingeladen, wie etwa von der Seniorenbildung der VHS oder andere Akteure aus dem Viertel.

Digitaler Engel: Sicher online im Alter

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. Die Veranstaltungen wurden durchgängig gut angenommen mit 4-6 Teilnehmer*innen pro Veranstaltung. So waren

auch viele Nachfragen und eine enge Betreuung bei technischen Schwierigkeiten möglich. Von Seite der Teilnehmenden wurde kommuniziert, dass noch weiterer Bedarf zur Unterstützung bei der Nutzung digitaler Angebote besteht.

Statistik: Bedarfserhebung quantitativ

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 Zielgruppen 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. Ebenso wurde abgesteckt, welche Dienstleistungen und Angebote in den Stadtteilen angenommen werden und an welcher Stelle von den Bewohner*innen noch Bedarfe gesehen werden. An den Ergebnissen der Befragung orientierte sich die Planung der Umsetzungsphase. Studierende hatten ebenfalls die Möglichkeit sich an einer auf sie zugeschnittenen, reinen Onlineumfrage zu beteiligen. Die Resonanz fiel jedoch sehr gering aus. Die Gründe hierfür liegen in der geringen Identifizierung mit dem Stadtviertel durch eine geringe Aufenthaltsdauer, der Abwesenheit aufgrund von Online-Studium während der Pandemie und einer gewissen „Umfragemüdigkeit“ insbesondere in Zeiten der Pandemie. Um Studierende derzeit zu erreichen, müssen attraktive Angebote geschaffen werden, in denen sie direkten Kontakt zu Mitstudierenden und den älteren Bewohner*innen haben können.

Nachgeholt: Auftaktveranstaltung

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.

Fotowettbewerb

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: Jöm Pässler)

Expert*innenspaziergang

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 sollen auch künftig fortgeführt werden. Bereits nach dieser ersten Phase des Projekts zeichnet sich ab, dass ein hohes Interesse der Bewohner*innen an der Verbesserung der nachbarschaftlichen Strukturen besteht. Dabei wird das Stadtteilprojekt als Schnittstelle zwischen den unterschiedlichen Akteuren eine Schlüsselposition einnehmen, wobei insbesondere der intergenerationelle Austausch mitgedacht wird.

3.2 Zusammenfassung und Ausblick

Das Jahr 2021 war durch die Bedarfserhebung, das Netzwerken mit Kooperationspartner*innen und die Befragung von Expert*innen geprägt, die ihre Umsetzung schließlich in der Durchführung von Veranstaltungen und Angeboten fanden. Als Bedarfe wurden unter anderem das Schaffen von Räumen der Begegnung ohne Konsumzwang ermittelt. So wurde das Café digital etabliert und das Nachbarschaftsfrühstück 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. Die Pandemie verhinderte den geplanten Start des Frühstücks im November leider bis in den März 2022. 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 sich der Bedarf nach interessensbasierten 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 niedrigschwellige, psychosoziale und leistungserschließende Beratungs- und vielfältige Unterstützungsmöglichkeiten für Klient*innen zum Ziel sowie Öffentlichkeits- und Aufklärungsarbeit zu Depressionen im Alter.

4.1 Theoretischer Hintergrund

Depressionen gehören zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Mindestens jede*r Fünfte erkrankt im Laufe seines Lebens an einer Depression. (Stiftung Deutsche Depressionshilfe (a), 2022) Schwere Depressionen sind im Alter weniger häufig als in jüngeren Jahren, jedoch sind leichte Formen zwei- bis dreimal häufiger, womit Depression neben dementiellen Erkrankungen die häufigste psychische Erkrankung im höheren Lebensalter darstellt. (Stiftung Deutsche Depressionshilfe (b), 2022). Eine Depression geht mit einem hohen Leidensdruck und verminderter Lebensqualität einher und stellt vor allem mit zunehmendem Alter die erkrankten Personen sowie deren Angehörige vor viele Herausforderungen. Schon wenige depressive Symptome, beispielsweise Schlafstörungen oder die Unfähigkeit Freude zu empfinden, können im Alltag negative Auswirkungen auf das psychische Wohlbefinden, die Alltagsfunktionalität und die körperliche Gesundheit haben. Es gibt eine Vielzahl von Risikofaktoren,

welche vor allem auch noch im fortgeschrittenen Lebensalter zu einer Depression führen können, auch wenn das Alter an sich kein Risikofaktor ist. (Riedel-Heller und Luppá 2013) Neben gesundheitlichen und mobilitätsbedingten Veränderungen verursachen möglicherweise auch veränderte soziale Rollen die Krankheitssymptome. Daher sind häufig auch pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz (eine der Hauptzielgruppen der Fachstelle für pflegende Angehörige und Menschen mit Demenz im Verein Dreycedern) vielen dieser Risikofaktoren ausgesetzt. Zudem birgt vor allem die Demenzdiagnose bei den Betroffenen selbst eine hohe Gefahr ebenfalls depressive Symptome zu entwickeln. (Fellgiebel und Hautzinger 2017)

Sowohl Informationen über die Erkrankung und mögliche Behandlungs- und Unterstützungsschritte als auch psychosoziale (Entlastungs-) Gespräche über eigene Ressourcen und Möglichkeiten im Alltag können wichtige Säulen in der Depressionsbewältigung sein. Um dabei auf die Besonderheiten der Depression im Alter im Speziellen einzugehen und diese fokussieren zu können ist die Beratungsstelle DiA eine wichtige Anlaufstelle in Erlangen. Die Beratungsstelle DIA – DEPRESSION IM ALTER hat gleichzeitig zum Ziel, über die Diagnostik- und Behandlungsmöglichkeiten, vor allem Psychotherapie, aufzuklären und in dem Zusammenhang die verschiedenen Zugangswege dahin aufzuzeigen.

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.

4.2 Rahmenbedingungen

Um diese Aufgaben bewältigen zu können, übernahm die Stadt Erlangen im Jahr 2017 den bis dahin jährlich befristeten Zuschuss in die laufenden freiwilligen Leistungen, was sich in Folge positiv auf die konzeptionelle Entwicklung auswirkte und so auch die Nachhaltigkeit der bis dahin vorangegangenen Projekte sichergestellt werden konnte. Seit dem Jahr 2019 übernimmt zusätzlich der Bezirk Mittelfranken eine weitere Förderung der Beratungsstelle. Im Gesamten kann durch beide Förderungen die DiA-Stelle mit zwei Fachberaterinnen (Hintergrund Gerontologie M.Sc. und Dipl. Sozialpäd.) mit jeweils 30 Stunden und 15 Stunden besetzt werden. Unter diesen Umständen ist es möglich, dass die Beratungsstelle an allen Werktagen ganztags erreichbar ist und daher flexibel auf die Terminvereinbarung mit Klient*innen und Netzwerkpartner*innen eingegangen werden kann. Im Jahr 2021 fand ein Stellenwechsel der Fachkraft mit 30 Stunden statt, im Rahmen derer die Stelle im Juli und August nicht besetzt war. Die Räumlichkeiten der Beratungsstelle befinden sich, wie auch die anderen Tätigkeitsbereiche des Vereins, am Altstädter Kirchenplatz 6 in Erlangen. Hier stehen den Beraterinnen neben dem gemeinsamen Beratungsbüro verschiedene Beratungsräume für Einzel- und Familiengespräche, Gruppenräume für Gesprächskreise und Veranstaltungen sowie Verwaltungsräumlichkeiten zur Verfügung.

4.3 Beratung

Insgesamt wurden im Jahr 2021 503 Kontakte zu 65 Personen erfasst, was den Bedarf an langfristiger und intensiver Begleitung der Klient*innen abbildet. Es waren insgesamt etwas weniger Personen und auch Kontakte als

2020, jedoch mehr als in den vorausgegangenen Jahren (2019 = 39 Erkrankte und Angehörige; 2020 = 76 Erkrankte und Angehörige, 2021 = 55 Erkrankte und Angehörige – vgl. Abb. 1). 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 werden.

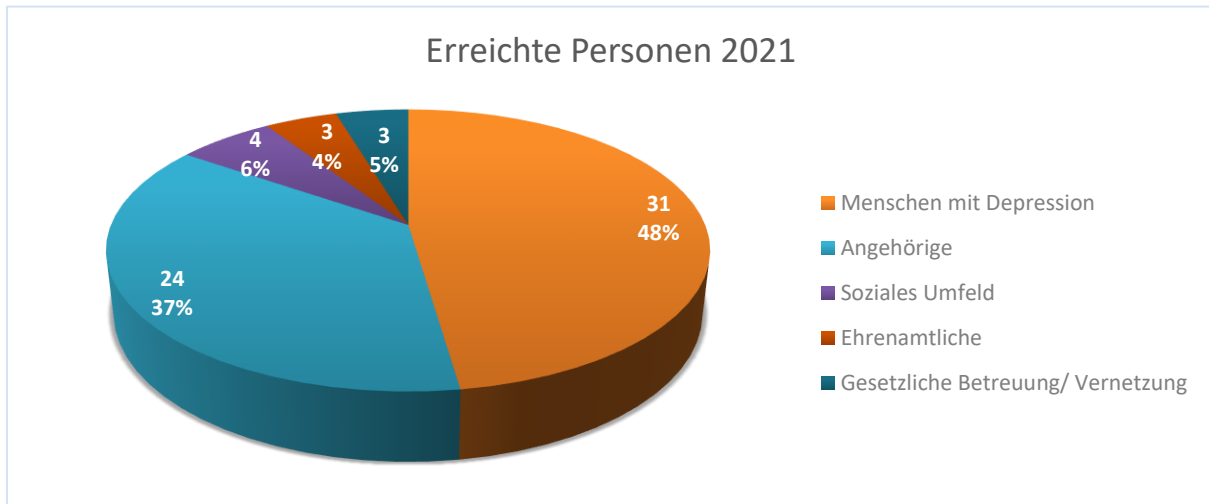


Abbildung 4 Anzahl der erreichten Personen in der Beratungsstelle DiA im Jahr 2021

Die meisten beratenen Klient*innen mit Depression sind über 60 Jahre alt, wie Abb. 2 zeigt.

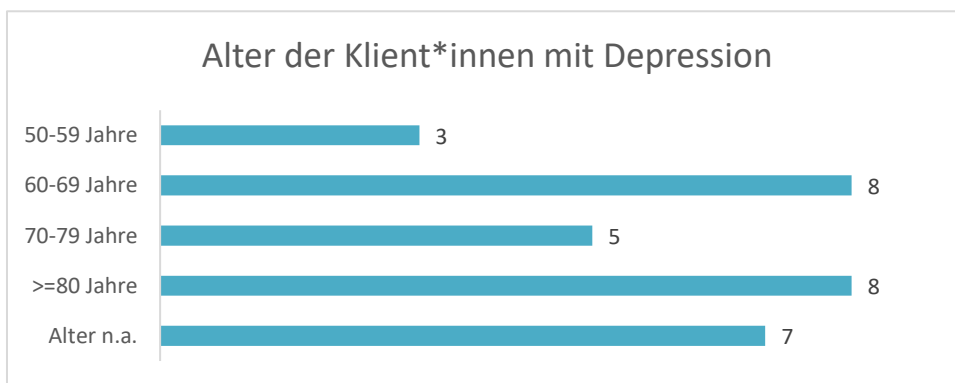


Abbildung 5 Altersverteilung der Klient*innen mit Depression in der Beratungsstelle DiA im Jahr 2021

Grundsätzlich ist die eigenständige Kontaktaufnahme zur Beratungsstelle ein wichtiges Kriterium in der Inanspruchnahme der niederschweligen, kostenfreien Beratung. Die Inanspruchnahme von Beratungsgesprächen durch Betroffene und/oder Angehörige ist von vielen persönlichen Bedingungen abhängig. Soziale Faktoren oder der Schweregrad der vorliegenden Depressionen können beispielweise Einfluss auf die Inanspruchnahme der Beratungsgespräche darstellen. 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. In der Regel beträgt ein reguläres Beratungsgespräch, auch telefonisch oder digital, 45-60 Minuten.

Die Verteilung der in Anspruch genommenen Beratungsgespräche ist in Abb. 3 dargelegt. Es zeigt sich, dass die Mehrheit der Klient*innen circa 2-10 Termine im Jahr 2021 wahrgenommen hat, ähnlich wie im Vorjahr. Die Anzahl der Klient*innen mit intensivem Beratungsbedarf mit mehr als 11 bzw. mehr als 20 Kontakten im Kalenderjahr erhöhte sich im Vergleich zum Vorjahr (2020: 13 Personen bzw. 20%).

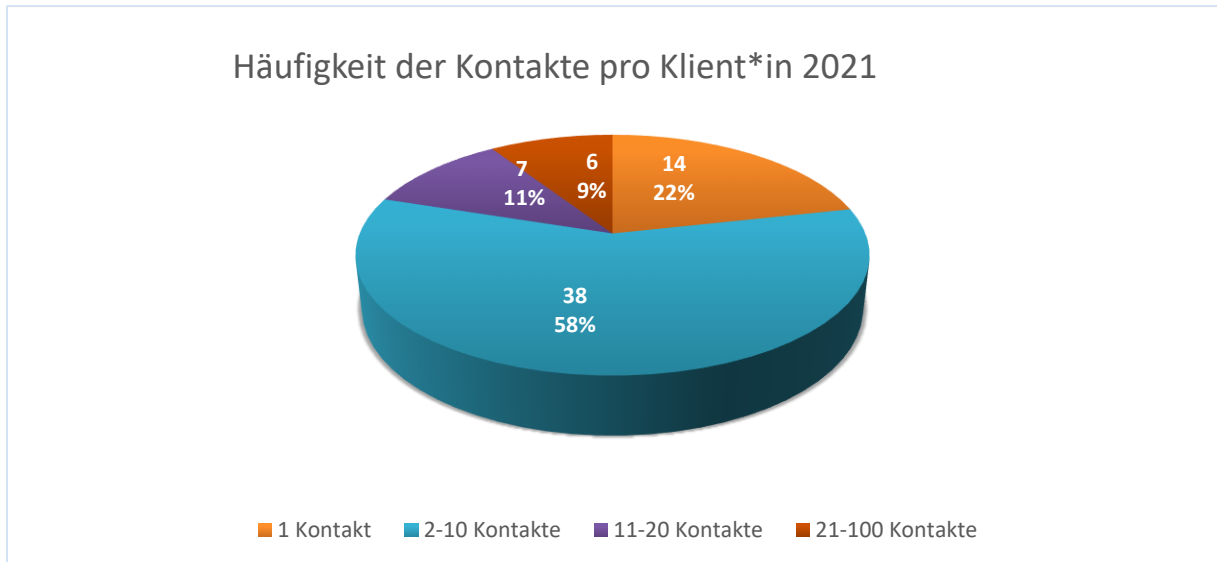


Abbildung 6 Verteilung der Häufigkeit im Rahmen der Kontaktaufnahme von Klient*innen im Jahr 2021

Die von Klient*innen und deren Angehörigen eingebrachten Themen umfassen ein breites Spektrum. Mit der Abb. 4 lässt sich zeigen, dass die psychosoziale Begleitung und gemischte Beratungsinhalte den Schwerpunkt der Beratungen bilden. Hier 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.

Allgemeine Informationen und Terminabsprachen nehmen einen weiteren großen Anteil der Klient*innenkontakte in Anspruch, alle anderen Themen und Anlässe bilden einen geringeren Anteil an den gesamten Kontakten ab.

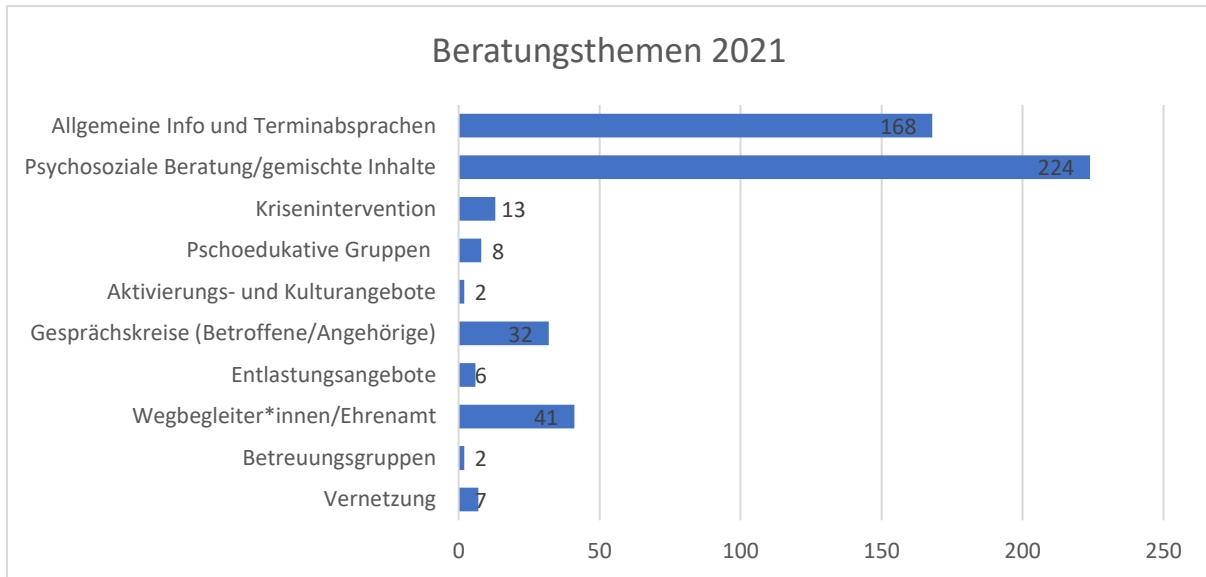


Abbildung 7 Themen/Anlass der Klient*innenkontakte in der Beratungsstelle DiA im Jahr 2021

Durch die Corona-Pandemie wurden wie in 2020 die Beratungsgespräche nach Möglichkeit telefonisch durchgeführt, in Phasen mit niedrigeren Inzidenzen oder auf Wunsch waren persönliche Beratungsgespräche unter Einhaltung der jeweils geltenden Infektionsschutzmaßnahmen möglich. Außerdem konnte die Videoberatung als optionale Beratungsmöglichkeit neben E-Mail und Telefon in Anspruch genommen werden. Dies wurde jedoch von den DiA-Klient*innen wie in 2020 kaum genutzt. Wie in der FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ gibt es auch in der Beratungsstelle DIA – DEPRESSION IM ALTER die Möglichkeit der Parallelberatung für Paare und Familien, wobei jedem Teil der Dyade eine feste Bezugsberaterin zugeteilt ist. Können Klient*innen aufgrund eingeschränkter Mobilität oder krankheitsbedingter Widerstände das häusliche Umfeld nicht verlassen, so sind auch Hausbesuche über die Beratungsstelle möglich.

Insgesamt ergaben sich im Jahr 2021 503 dokumentierte Klient*innen-Kontakte. In Abb. 5 lässt sich sehen, dass dabei häufig das Telefongespräch als Beratungssetting genutzt wurde und nur 47 Beratungen 2021 in einem persönlichen Gespräch (in der Beratungsstelle oder als Hausbesuch) stattfand.

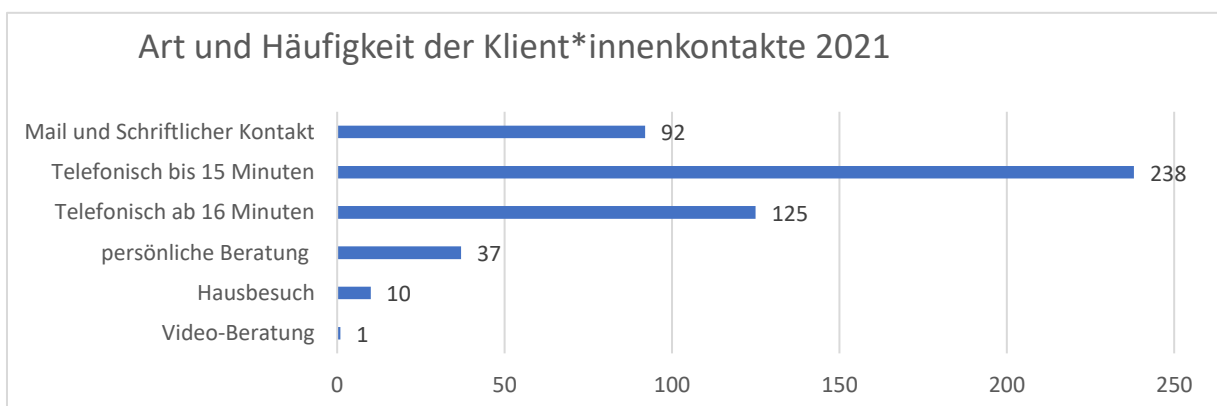


Abbildung 8 Art und Häufigkeit der Klient*innenkontakte in der Beratungsstelle DiA im Jahr 2021

Mit 10 Personen sind fast die Hälfte aller Angehörigen, die sich an die Beratungsstelle DiA wenden, Töchter von älteren Menschen mit Depression, dicht gefolgt von Ehepartner*innen/Lebensgemeinschaften (vgl. Abb. 6).

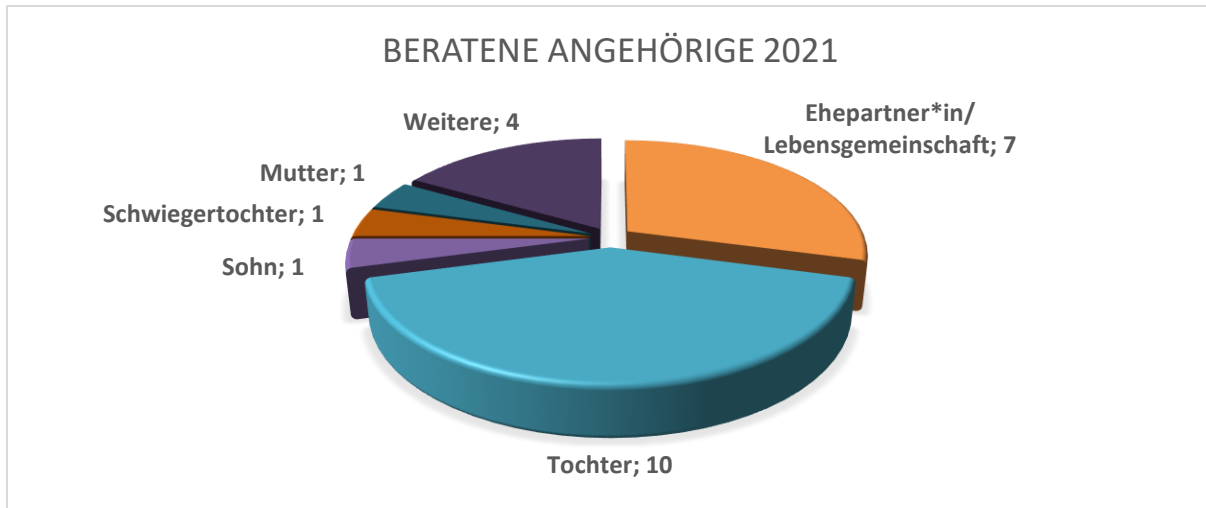


Abbildung 9 Verwandtschaftsgrad der beratenen Angehörigen in der Beratungsstelle DiA im Jahr 2021

4.4 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, entsprechende Gruppenangebote zu schaffen.

4.4.1 Spezielle Gruppenangebote der Beratungsstelle DiA

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 entsprechenden Bewältigungsstrategien sind Themen der Psychoedukation weitere inhaltliche Bestandteile des Gesprächskreises. Die Gruppe wird einmal monatlich angeboten. Aufgrund der Bedingungen der Corona-Pandemie und des Wechsels bei den Mitarbeiterinnen fand die Gruppe 2021 nur von Oktober bis Dezember mit 3-4 Teilnehmenden statt. Das Treffen im Dezember wurde aufgrund von Corona versuchsweise digital/per Telefon durchgeführt. Die Gruppe wünschte sich allerdings für die weiteren Treffen die persönliche Form.

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 Austauschpekt im Vordergrund sowie psychosoziale Themen und Möglichkeiten zum Umgang mit der Depression. Durch Corona oder zu geringe Teilnehmerzahlen mussten die meisten Treffen abgesagt werden, die Durchführung als Videokonferenz wurde von den interessierten Angehörigen nicht gewünscht. Damit wurde das Angebot ab dem Herbst erstmal pausiert. Bei Bedarf sind die Angehörigen natürlich über die Einzelberatung mit der Beratungsstelle in Kontakt. Die Fortsetzung des Angebots ist prinzipiell angedacht, eventuell in veränderter konzeptioneller Form.

Eine Schulung für Angehörige von älteren Menschen mit Depression wurde in 2020 konzipiert und im Frühjahr 2021 angeboten. Die Schulung war für 8 Sitzungen angedacht und beruhte inhaltlich auf dem Buch „Depression

im Alter – Psychotherapeutische Behandlung für das Einzel- und Gruppensetting“ von Martin Hautzinger. 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. Für die Teilnehmenden war die Kompaktschulung und der Austausch mit anderen Angehörigen ein sehr hilfreicher Baustein neben den Einzelberatungen.

4.5 Ehrenamtsprojekt „Wegbegleiter*innen“

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 selbstständig 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 einer von den Fachberaterinnen durchgeführten Schulung wurde 2020 eine Ehrenamtliche auf die Einzelbegleitung von älteren Menschen mit Depression vorbereitet. Im Herbst 2020 konnte die erste Vermittlung zwischen dieser Ehrenamtlichen und einer DiA-Klientin stattfinden. Die Einzelbegleitung wurde in 2021 erfolgreich fortgeführt und ist eine große Bereicherung sowohl für die an Depression erkrankte, ältere Frau als auch die Ehrenamtliche. Außerdem übernahm die Ehrenamtliche kurzfristig und von vornherein nicht auf Dauer angelegt über einige Wochen Ende 2021 eine Einkaufshilfe für eine andere DiA-Klientin. Eine Begleitung der Ehrenamtlichen und der DiA-Klientin erfolgt regelmäßig und zusätzlich nach Bedarf durch die Fachberaterinnen. Dadurch kann jederzeit nachvollzogen werden, wie die jeweiligen Treffen verlaufen, schnell auf Krisen reagiert und immer ein Eindruck gewonnen werden, wie es den Beteiligten jeweils geht.

Mithilfe dieser positiven Erfahrungen war für April 2021 die Durchführung einer Schulung für weitere ehrenamtlich Interessierte geplant. Es meldeten sich zwei Interessierte an, welche beide die Schulung wieder absagten, da sich ihre berufliche Situation änderte. Für 2021 wurde daher erstmal keine weitere Schulung angeboten, sondern das Projekt immer wieder über das Veranstaltungsprogramm bekannt gemacht. 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 zugänglich zu machen.

4.6 Kooperation – und Netzwerkarbeit

4.6.1 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. Betroffene und Angehörige sollen möglichst früh die Beratungs- und Unterstützungsangebote in Anspruch nehmen können, um auf diese Weise ihre Belastung zu mindern und Überlastung vorzubeugen.

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.

4.6.2 Kooperation mit dem Klinikum am Europakanal

Seit einigen Jahren läuft eine Kooperation mit dem Klinikum am Europakanal. Ziel dieser Zusammenarbeit ist die Vorstellung von Nachsorgeangeboten und speziell die Vorstellung von Dreycedern e.V. und der Beratungsstelle DiA bei gerontopsychiatrisch erkrankten Patient*innen der offenen Gerontostation im Klinikum (Station G3). Diese Infoveranstaltung fand bis 2019 einmal im Monat direkt auf der Station statt, durchgeführt von einer DiA-Fachberaterin. Aufgrund eines Station-Umzugs und der Corona-Pandemie fand in 2020 nur ein Gruppen-Treffen im Herbst statt, für 2021 wurde die Kooperation in Form der Gruppentreffen weiter pausiert. Die Fachberaterinnen von DiA und die Oberärztin der G3 sowie der Sozialdienst waren jedoch durchgehend im Kontakt um bei Bedarf Klient*innen im Einzelfall über das Angebot zu informieren.

4.6.3 Netzwerk-Arbeit in Erlangen und Umgebung

Projekte und spezifische Angebote wurden das ganze Jahr über an verschiedene Multiplikator*innen und Netzwerkpartner*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.

4.7 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.

Nahezu alle Erlanger Organisationen, die zum Thema „Depression“ arbeiten, verfolgen auf diesem Weg seit nun schon 20 Jahren das Ziel, die Situation von Menschen mit Depression in der Region zu verbessern und die Bevölkerung verstärkt für das Thema zu sensibilisieren. Dem Bündnis ist es ein wichtiges Anliegen, der Bevölkerung die folgenden Kernbotschaften zu vermitteln:

- Depression kann jeden treffen
- Depression hat viele Gesichter
- Depression ist behandelbar

Erreicht werden soll dies über die Aufklärung zur Erkrankung Depression, insbesondere zu Ursachen, Symptomen, Unterstützungs- und Behandlungsmöglichkeiten. Zu diesem Zweck organisiert das Bündnis seit 2005 einen jährlich stattfindenden Aktionstag mit Fachvorträgen, Infoständen und Workshops und entwirft Informationsmaterialien zum Thema „Depression“. Ein weiteres Ziel stellt die Förderung der Vernetzung und des Erfahrungsaustausches zwischen den verschiedenen Disziplinen und Institutionen innerhalb des Versorgungssystems dar. Es wird daher stets versucht, die Bündnisstruktur weiter auszubauen und neue Kooperations-partner*innen zu gewinnen. Dadurch werden eine bessere Zusammenarbeit und Kooperation zwischen den einzelnen Akteuren ermöglicht. Durch die Vernetzung der einzelnen Angebote in Behandlung, Beratung und Selbsthilfe kann die Angebotsstruktur insgesamt transparenter werden. Für Menschen mit Depression und/oder deren Angehörige können auf diese Weise schneller passende Maßnahmen gefunden werden, um ihre Lebenssituation zu verbessern.

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-Höchststadt, 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 Kooperations-partner*innen, welche das Bündnis punktuell bei einzelnen Veranstaltungen etc. unterstützen.

4.7.1 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. Im Jahr 2020 entschied sich das Bündnis für eine digitale Variante. Für das Jahr 2021 plante das Bündnis den Aktionstag als dezentrale Veranstaltung mit unterschiedlichen Angeboten jeweils bei den beteiligten Bündnis-partner*innen vor Ort. Das Motto des Aktionstages am 13. November 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 Spielesonntag. Durch den dezentralen Charakter war Ziel der meisten Angebote neben dem Aufzeigen von Wegen aus Depression und Einsamkeit außerdem die Möglichkeit zum niedrigschwelligen Kennenlernen der einzelnen Anlaufstellen in Erlangen. Trotz breiter Öffentlichkeitsarbeit verursachten wahrscheinlich vor allem die steigenden Corona-Zahlen, dass sich am Ende für einige Veranstaltungen keine oder zu wenig Teilnehmende anmeldeten und leider gut die Hälfte der Angebote nicht durchgeführt werden konnte. Stattfinden konnte das Angebot des Uniklinikums „Aktiv sein gegen Einsamkeit“ (Dr. Judith Walloch und Prof. Demling) in veränderter Form, 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. Die Auftaktveranstaltung wurde unter den entsprechenden Hygieneregeln durchgeführt und gut von Betroffenen und Angehörigen angenommen.

4.7.2 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/erlangerbündnisgegengedepression zu finden. Nach dem ersten halben Jahr hatte der Kanal etwa 150 Abonnenten, im März 2022 sind es bereits 223 Abonnenten. Das Video mit den meisten Aufrufen hat gute 4600 Klicks, die weiteren Videos des ersten Aktionstages wurden nach einem Jahr etwa 300-750 Mal angesehen. Somit zeigt sich ein sehr guter Erfolg der Öffentlichkeitsarbeit über diesen Weg, der fortgesetzt werden soll. 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. Außerdem können die Filme natürlich für die eigene Öffentlichkeitsarbeit der Bündnispartner*innen genutzt werden.

Eine weitere Aktivität in 2021 war die Neuauflage des regionalen Bündnisflyers, der alle Einrichtungen des Bündnisses sowie weitere wichtige Anlaufstellen mit Kontaktdaten aufzeigt. Dazu wurden alle Daten geprüft, ggfs. aktualisiert und ein neuer Bündnispartner mit aufgenommen. Die Flyer waren genau zum Aktionstag fertig und können nun für die gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit genutzt werden.

4.7.3 Kooperation mit Deutschem Bündnis

Die Koordination des regionalen Bündnisses schließt den regelmäßigen Austausch mit dem Deutschen Bündnis als Dachverband sowie den anderen deutschlandweiten regionalen Bündnissen ein. Dieser Austausch dient der

Kennntnisnahme und Bewerbung von anderen Bündnis-Aktivitäten sowie der Informationsweitergabe. Ebenfalls aufgrund der Corona-Pandemie konnten die deutschlandweiten Austausch- und Ausweitungstreffen lediglich auf digitalem Wege stattfinden, an denen sich das Erlanger Bündnis beteiligte. Mit den Mitarbeitenden des Deutschen Bündnisses wurde ein regelmäßiger Kontakt und Austausch zu den Themen Öffentlichkeitsarbeit, mögliche Förder- und Finanzierungsmöglichkeiten und gemeinsame Netzwerkarbeiten gehalten. So beteiligte sich das Erlanger Bündnis beispielsweise an der Bekanntmachung der deutschlandweiten Studie „WESPA“, deren Ziel die Weiterentwicklung eines Online-Selbsthilfeprogramm für Angehörige von depressiv Erkrankten ist. (Stiftung Deutsche Depressionshilfe (c), 2022) Über die Homepage der Studie unter www.gemeinsam-durch-die-depression.de konnten sich Interessierte anmelden. Viele Angehörige der Beratungsstelle DiA beteiligten sich gerne an der Studie und einige gaben anschließend positive Rückmeldungen zum guten Nutzen des Online-Selbsthilfeprogramm für ihr Verständnis und ihren persönlichen Umgang mit der Depression.

4.8 Zusammenfassung und Ausblick

Die BERATUNGSSTELLE DIA – DEPRESSION IM ALTER stellt eine sehr wichtige Anlaufstelle in der Versorgungslandschaft von älteren Menschen mit Depression und ihren Angehörigen in Erlangen dar. Unser Ziel ist es, Menschen in seelischen Krisen im Alltag zu begleiten. In neutralen, professionellen Gesprächssettings kann gemeinsam entsprechend den individuellen Bedürfnissen und Ressourcen über Möglichkeiten des Umgangs mit den Krisen oder andere alltagsrelevante Themen gesprochen werden. Gerade die oftmals notwendige, professionelle Distanz und der Blick von „außen“ können einen möglichen Weg zur Bewältigung darstellen. Die Tätigkeitsschwerpunkte der Beratungsstelle DiA richten sich also auf die nicht medizinisch-therapeutische Alltagsunterstützung für ältere Menschen mit Depression sowie deren Angehörige und grenzt uns als Beratungsstelle damit zu psychotherapeutischen Anlaufstellen ab.

Wir freuen uns, dass die Beratungsstelle im Jahr 2021 weiterhin von vielen Personen aufgesucht und die sehr individuell geführten Beratungsgespräche gut in Anspruch genommen wurden. Die Beratungsstelle DiA war auch im Jahr 2021 in der Aufrechterhaltung sowie im weiteren Ausbau ihrer Leistungsfelder begriffen. Durch die personelle Erweiterung seit April 2020 konnte die spezifische Fokussierung auf die Klient*innen-Gruppe der Angehörigen in 2021 weiter gestärkt werden und neben den Betroffenen viele Angehörige und Personen aus dem sozialen Umfeld beraten und begleitet werden. Nach der guten Erfahrung mit der angepassten Angehörigen-Schulung sowie dem hohen Interesse an Austauschmöglichkeiten von Angehörigen ist ein Ziel für 2022, den Bedarf an Gruppenangeboten für Angehörige zu konkretisieren und die Angebote konzeptionell anzupassen. Das Ehrenamtsprojekt Wegbegleiter*innen konnte mit einem Beratungstandem 2021 erfolgreich weitergeführt werden, unter den beratenen Betroffenen äußerten bereits einige den Wunsch nach ehrenamtlicher Begleitung. Die Etablierung und Erweiterung des Ehrenamtsprojektes ist daher weiteres Ziel für das Jahr 2022. Trotz der eingeschränkten Möglichkeiten von Veranstaltungen durch die Pandemie ist die Öffentlichkeitsarbeit weiterhin ein wichtiges Feld in der Beratungsstelle DiA und soll auch im nächsten Jahr weiterhin, beziehungsweise nach Möglichkeit wieder vermehrt verfolgt werden. So ist neben der Fortführung der Vortragsreihe die Neuauflage des Flyers für die Beratungsstelle DiA vorgesehen und mit der Verteilung eine verstärkte Werbung für das Angebot.

Für das Erlanger Bündnis gegen Depression ist wie die vergangenen Jahre ein Ziel die Planung und Durchführung des Aktionstages im November als große, gemeinsame Veranstaltung. Nach den ersten erfolgreich aufgenommenen und veröffentlichten Videos zur Vorstellung der einzelnen Bündnispartner auf dem YouTube-Kanal des Bündnisses ist ein weiteres Ziel für 2022 die Erstellung von Vorstellungsvideos aller weiteren Bündnispartner*innen. Eine konkrete Kooperation mit dem Deutschen Bündnis gegen Depression ist ebenso für 2022 angedacht, wobei es sich um die Bekanntmachung einer gerade evaluierten Online-Schulung für Altenpflegekräfte und pflegende Angehörige zur Depression im Alter handeln wird. Für den Verein Dreycedern e.V. und die Beratungsstelle DiA eine wunderbare Verknüpfung ihres Fachgebiets mit der Tätigkeit als Koordination des Erlanger Bündnis gegen Depression.

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. Um mit der Erkrankung gut leben zu können, benötigen die Familien vielfältige Unterstützungsangebote.

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. Auf die besondere Bedeutung von psychosozialen Interventionen bei der Behandlung demenzieller Erkrankungen weisen zahlreiche wissenschaftliche Untersuchungen, die S3 Leitlinie Demenz, sowie die bayerische Demenzstrategie hin.

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, beispielweise Einzel-, Familien-, oder Gruppenberatung.

Parallel zu der individuellen Begleitung bietet die FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ zahlreiche Gruppenangebote an. Diese orientieren sich am aktuellen Forschungsstand und werden stets weiterentwickelt. 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 stets an neue Lösungen gearbeitet, um die Menschen mit Demenz und ihre Angehörige zu erreichen und zu unterstützen. Dabei hat die Digitalisierung der Angebote eine große Rolle gespielt. Folgende digitale Formate werden mittlerweile routinemäßig angeboten: digitale Schulungsangebote für Ehrenamtliche und Angehörige sowie videogestützte Gesprächskreise und Beratungen für Betroffene und Angehörige. Genauso wie in 2020 wurden auch im Jahr 2021 besonders frequentiert telefonische Gespräche sowie Austausch per E-Mail von

Klienten und Ehrenamtlichen als Kontaktmöglichkeit in Anspruch genommen. Diese Entwicklungen spiegeln sich in den unten dargestellten statistischen Zahlen wider. 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. Somit haben digitale Angebote mittlerweile einen nachhaltigen Platz in der Angebotspalette der FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ erhalten.

5.2 Beratungen für pflegende Angehörige und Menschen mit Demenz

Ziele und Grundsätze der Beratungsarbeit

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 die/den Ratsuchende*n und sein 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. Die Qualitätsstandards der Beratungsarbeit der Fachstelle sind angelehnt an die Standards der BAGA e.V. (Bundesarbeitsgemeinschaft Alten- und Angehörigenberatung) und entsprechen den Förderrichtlinien des „Bayerischen Netzwerks Pflege“.

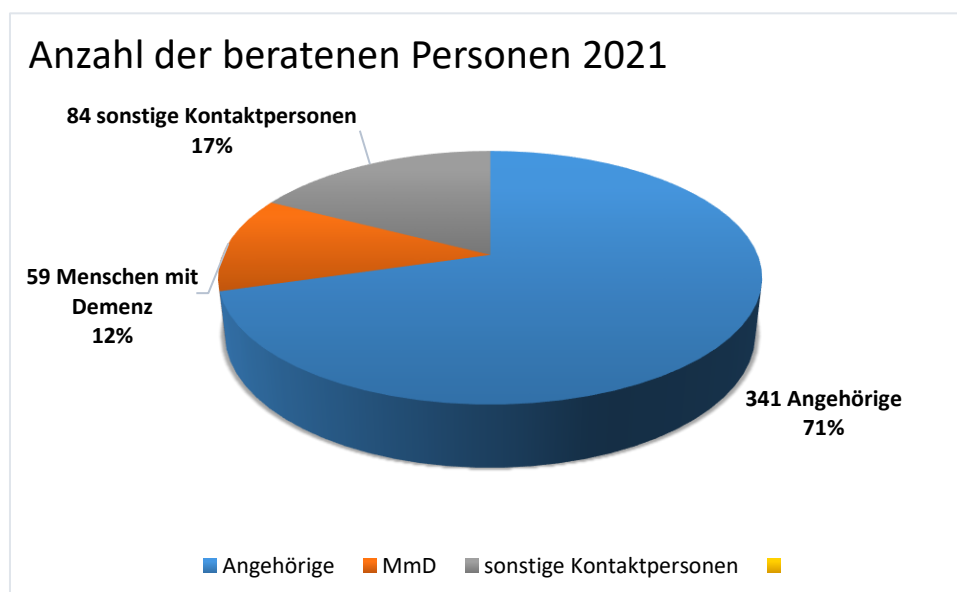


Abbildung 9: Anzahl beratener Personen im Jahr 2021

Insgesamt wurden im Jahr 2021 484 Personen beraten (im Jahr 2020 waren es 460 Personen), von denen die Mehrheit mit einem Anteil von 71% (341 Personen) Angehörige von Menschen mit Demenz sind. 12% (59 Personen) der Hilfesuchenden sind selbst von Demenz 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, bestätigte sich auch im Jahr 2021. Während 2020 320 pflegende Angehörige die Fachstelle aufgesucht haben, waren es 2021 341. Die anteilige Verteilung der Hilfesuchenden in den Untergruppen „Angehörige“, „Menschen mit Demenz“ und „weitere Kontaktpersonen“ bleibt im Vergleich zum Vorjahr nahezu gleich

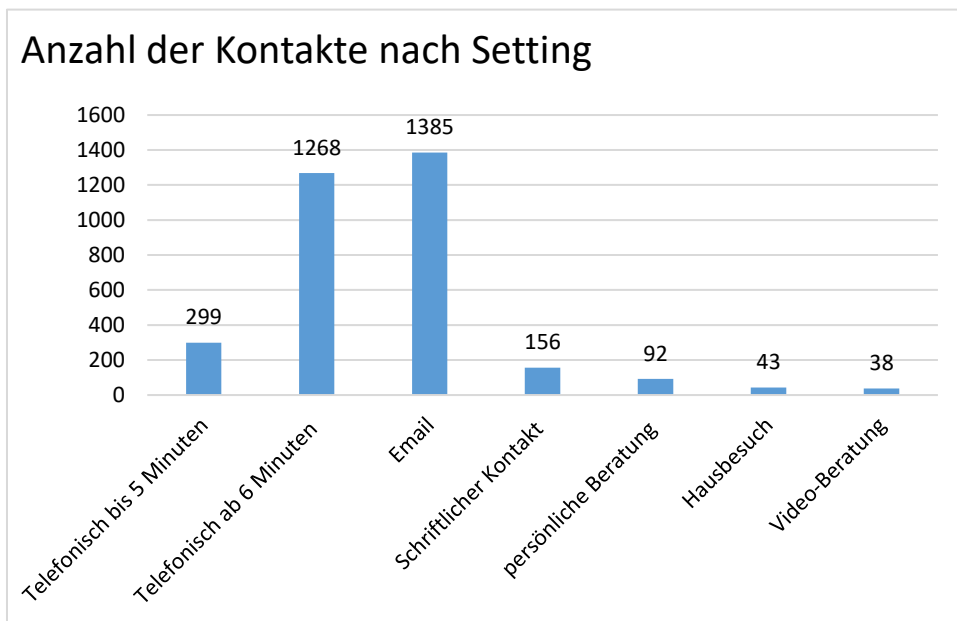


Abbildung 10: Anzahl und Art der Klient*innenkontakte im Jahr 2021

Aufgrund der Corona-Pandemie und den damit verbundenen Kontaktbeschränkungen wurden auch im Jahr 2021 die Mehrheit der Beratungen per Telefon durchgeführt. Daneben fanden im Vergleich zum Vorjahr (508) deutlich frequentierter Kontakte per E-Mail (1385) 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 zu 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.

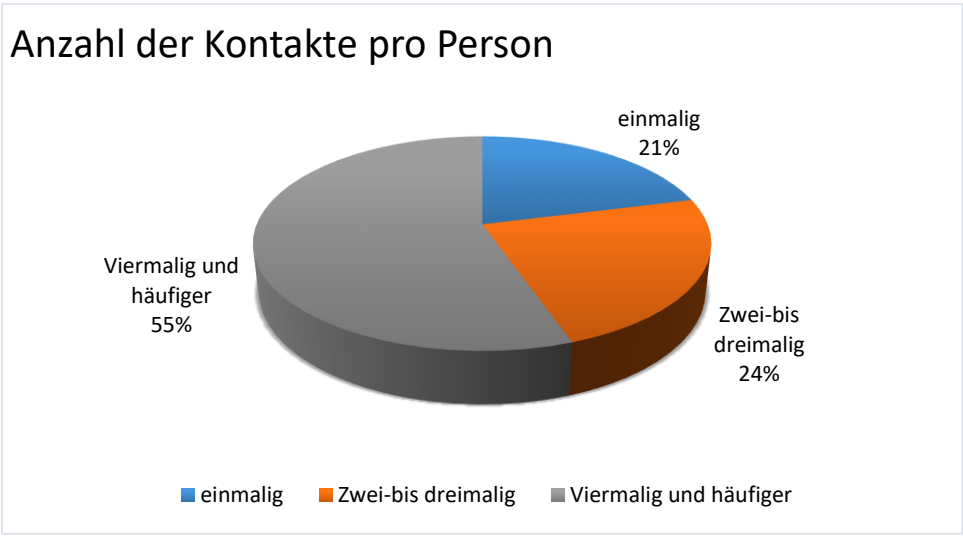


Abbildung 11: Häufigkeit der Kontakte pro Person im Jahr 2021

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. Eine langfristige Begleitung ihrer Klient*innen ermöglicht den Mitarbeiter*innen der Fachstelle eine schnelle, lösungsorientierte Unterstützung im Krisenfall und auch eine nachhaltige, belastungssenkende Begleitung.

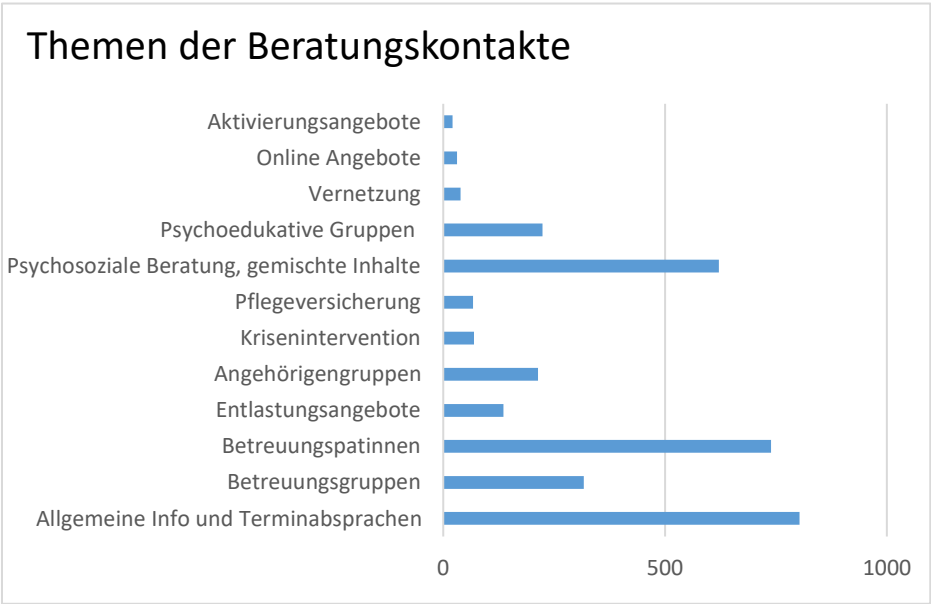


Abbildung 12: Themenschwerpunkte der Beratung in 2021

Die folgende Aufschlüsselung zeigt die Themenvielfalt, die in den Beratungsgesprächen zur Sprache kommt (Abb. 12). Der Bedarf an allgemeinen Informationen zum Thema Demenz und die anschließende Terminvereinbarung für eine weiterführende Beratung sind der häufigster Anlass zur telefonischen Kontaktaufnahme zur Beratungsstelle. Die Anzahl der Beratungskontakte, die die Einsätze der ehrenamtlichen Helfer*innen thematisierten, ist 2021 auch gestiegen. Bei den meisten Beratungen werden mehrere Anliegen der Klienten 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.

Malkurs für Menschen mit Demenz

Unser fortlaufender Malkurs für Menschen mit Demenz in verschiedensten Krankheitsstadien, der 2010 begann, wurde auch im Jahr 2021 fortgesetzt. Die Teilnehmer*innen des Malkurses treffen sich wöchentlich für je zwei Zeitstunden, die Teilnehmer*innenzahl ist auf maximal sechs Personen beschränkt. 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 19 x mit durchschnittlich 5 Teilnehmer*innen statt.

Bewegungsgruppe „Fit ins Wochenende“

Ein weiteres Angebot ist die wöchentlich stattfindende Bewegungsgruppe „Fit ins Wochenende“ für Menschen mit Demenz in verschiedenen Phasen einer Demenzerkrankung. Der Kurs wird von einer Physiotherapeutin und von einer Fachkraft gestaltet und von zwei ehrenamtlichen Helfer*innen begleitet. Die Bewegungsgruppe „Fit ins Wochenende“ fand in diesem Jahr 18 x statt und wurde von durchschnittlich 3 Teilnehmer*innen besucht.

Betreuungsgruppe „DientagsTATort“

Die Betreuungsgruppe „DientagsTATort“ ist ein Angebot für Menschen mit mittelgradiger Demenz. Die Gruppe findet 1x monatlich am Vormittag für zwei Stunden statt. 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 „DientagsTATort“ fand im Jahr 2021 8x statt, mit durchschnittlich 4 Teilnehmer*innen.

Bewegungsgruppe „Gemeinsam Aktiv“

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.

Gruppe „Frühstückstreff“ für Menschen mit beginnender Demenz

Der „Frühstückstreff“ 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. Nach einer gemeinsamen Vorstellungsrunde zu Beginn erfolgt meist ein Austausch über aktuell anstehende Themen und danach eine ca. einstündige Aktivität, z.B. ein Spaziergang durch den Schlossgarten, ein Übungsangebot „Nordic Walking“ oder eine Vorstellung von „Progressiver Muskelentspannung“. Ein*e Fachberater*in moderiert die Gesprächsrunde, zwei bis drei ehrenamtliche Helfer*innen sind unterstützend anwesend. Der Frühstückstreff fand im Jahr 2021 9x statt, mit durchschnittlich 4 Teilnehmer*innen.

Gruppe „Parkspaziergang“ für Menschen mit beginnender Demenz

Das Angebot „Parkspaziergang“ ist insbesondere an Menschen mit einer leichten bzw. beginnenden Form einer Demenzerkrankung adressiert. Ziel ist, den betroffenen 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

Psychoedukative Gruppeninterventionen

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. Außerdem führt es in der Mehrheit der Fälle zu einer langanhaltenden Anbindung an die Beratungsstelle und erreicht somit auch einen beständigen Austausch der Teilnehmer*innen untereinander über den Angebotszeitraum hinaus. Das Gruppenangebot „EduKation Demenz“ verbessert signifikant die Beziehungsqualität zwischen Angehörigen und Betroffenen, fördert eine akzeptierende Haltung gegenüber den krankheitsbedingten Veränderungen und modifiziert die Interaktionen im Alltag in Richtung einer einfühlsameren Kommunikation (siehe: Prof. Dr. Engel u.a., 2016: 1-8.). 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.

Inklusive Gruppenangebote

Die inklusiven 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.

Offene Sprechstunde „Ich habe eine Frage zum Thema Demenz!“

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 als Ansprechpartnerin zur Verfügung. Aufgrund der Pandemie wurde dieses Angebot in 2021 telefonisch als Einzelberatung angeboten und wurde von den Klient*innen sehr geschätzt und gern in Anspruch genommen.

5.4 Ehrenamtlicher Helferkreis zur Entlastung betreuender und pflegender Angehöriger „Erlanger Betreuungspat*innen“

Seit Ende 2001 existiert der Besuchsdienst „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 vom Menschen mit Demenz insgesamt 1962,75 (Vorjahr: 2639,75) Einsatzstunden. Die Reduzierung der Zahlen sowohl der aktiven Betreuungspat*innen wie auch der Einsatzstunden ist pandemiebedingt zu begründen. 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 eigener 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 (Abb. 13). 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.

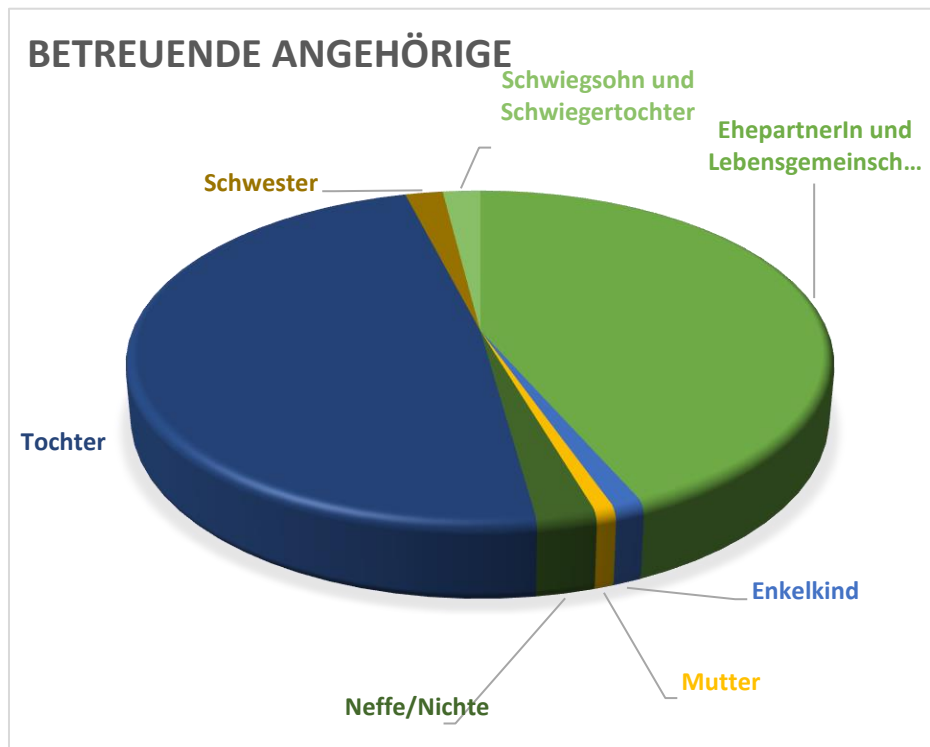


Abbildung 13: Angehörige, die sich an die Fachstelle im Jahr 2021 gewandt haben: Beziehung zu der Person mit Demenz

5.5 Bewertung der Arbeit

Die weltweite Corona-Pandemie hat in den letzten beiden Jahren vieles grundlegend verändert. Auch die Arbeit in der FACHSTELLE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE UND MENSCHEN MIT DEMENZ wurde an die Rahmenbedingungen der Pandemie angepasst, so dass die Entlastung und die Begleitung der betroffenen Familien weiterhin möglich ist. 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

Auch das Arbeiten im Homeoffice oder Teambesprechungen im Rahmen von Video- oder Telefonkonferenzen wurden 2021 zur Routine. Im Bereich der Netzwerkarbeit und der Weiterbildung wurden ebenfalls digitale Formate weiterhin aktiv genutzt.

- **Das Projekt „Digitale Brückenbauer*innen“:** 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.

- **Anpassung der Rahmenbedingungen der Arbeit in Zeiten der Corona-Pandemie:** Auch im Jahr 2021 war ein permanenter Tätigkeitsschwerpunkt das ständige Adaptieren der Rahmenbedingungen der Arbeit an die sich ändernden Pandemierichtlinien. Weiterhin wurden Hygienekonzepte fortlaufend angepasst, Schutzmaßnahmen eingeführt und alle Beteiligten regelmäßig diesbezüglich informiert.

5.6 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 Kooperationspartnernetzwerk, 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. Besonders nachhaltig sind regelmäßige Spenden an uns, da sie den Verwaltungsaufwand immens reduzieren. Wenn Sie regelmäßig an uns spenden möchten, richten Sie einfach einen Dauerauftrag bei Ihrer Bank ein,

bei dem zu festgelegten Terminen der gewünschte Betrag überwiesen wird. Selbstverständlich erhalten Sie auch hier regelmäßig eine Zuwendungsbescheinigung. Einen Dauerauftrag können Sie jederzeit wieder kündigen.

Geburtstag oder Jubiläum - es gibt viele Ereignisse im Leben, bei denen man die Freude mit anderen teilen möchte. Eine Spende an uns teilt Ihre Freude beispielsweise mit vielen Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen. Menschen, die häufig am "Rand stehen", sei es am Rand einer würdigen, gesellschaftlichen Teilhabe am sozialen Leben oder am Rand ihrer Kräfte. Aber auch bei traurigen Anlässen wie Todesfällen können Spenden statt Kränzen oder Blumen im Sinne der/des Verstorbenen sein.

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. Wir informieren Sie gerne zu allen Fragen einer Mitgliedschaft.

Für Schnellentschlossene finden Sie auf der letzten Seite dieser Broschüre einen Antrag zur Mitgliedschaft.

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

BIC: BYLADEM1ERH, IBAN: DE62763500000024001920

Ja, ich will den Verein Dreycedern unterstützen!

Dazu möchte ich dem Verein Dreycedern e. V. beitreten:

Name, Vorname _____

Straße _____

PLZ/Wohnort _____

Telefonnummer _____

E-Mail _____

Geboren am _____

Der Mitgliedsbeitrag beträgt derzeit pro Jahr 24,50 €. Bitte geben Sie im Folgenden an, welche Form der Zahlung Sie wählen.

Ich möchte, dass der Mitgliedsbeitrag

- von 24,50 €
- von _____ € einmal jährlich von meinem Konto abgebucht wird.

Meine Bankdaten sind:

Bank: _____

Konto: _____ IBAN: _____

BLZ: _____ BIC: _____

(Der Bankeinzug kann jederzeit widerrufen werden.)

- Ich überweise den Mitgliedsbeitrag im ersten Quartal des Jahres selbst an den Verein Dreycedern e. V.**

Ort, Datum

Unterschrift

Mir ist bekannt, dass die mich betreffenden Daten in dem Verein erhoben, gespeichert und verarbeitet werden, soweit sie für das Mitgliedschaftsverhältnis, die Betreuung und Verwaltung der Mitglieder und die Verfolgung der Vereinsziele erforderlich sind.

Ort, Datum

Unterschrift

Diese Seite bitte ausgefüllt zuschicken. Wir kommen dann auf Sie zu!

7 Literaturangaben

7.1 Literaturverzeichnis

- [Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.: Presse und Aktuelles \(deutsche-alzheimer.de\)](https://www.deutsche-alzheimer.de)
- Fellgiebel, A.; Hautzinger, M. (Hg.) (2017): Altersdepression. Ein interdisziplinäres Handbuch. Berlin: Springer.
- Riedel-Heller, S.; Lupp, M. (2013): Depression im Alter – was trägt die aktuelle epidemiologische Forschung bei? In: Psychiatr. Praxis 40 (04), S. 173-175. DOI: 10.1055/s-0033-1343120.
- Stiftung Deutsche Depressionshilfe (2022): Was ist eine Depression – Häufigkeit. Online verfügbar unter <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe/was-ist-eine-depression/haeufigkeit> (zuletzt überprüft am 10.03.2022).
- Stiftung Deutsche Depressionshilfe (2022): Depression in verschiedenen Lebensumständen – Depression im Alter. Online verfügbar unter: <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe/depression-in-verschiedenen-facetten/depression-im-alter> (zuletzt überprüft am 10.03.2022).
- Stiftung Deutsche Depressionshilfe (2022): Laufende Forschungsprojekte – Onlinehilfe für Angehörige. Online verfügbar unter: <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/forschungszentrum/aktuellestudien/onlinehilfe-fuer-angehoerige>

Impressum

Verein Dreycedern e. V.
Altstädter Kirchenplatz 6
91054 Erlangen
www.dreycedern.de

09131 90 768 00
info@dreycedern.de

Stand: Juni 2022