

Rundbrief 3/2023

der Gesundheitsregion^{plus} DONAURIES

Sehr geehrte Netzwerkpartner, Akteure
und Interessierte der Gesundheitsregion^{plus} DONAURIES,

ein weiteres spannendes Jahr geht für unsere Gesundheitsregion^{plus} zu Ende. Gemeinsam mit regionalen Kooperationspartnern ist es gelungen, verschiedene Veranstaltungen bzw. Projekte zu realisieren und Weichen für die weitere Zukunft unserer Gesundheitsregion^{plus} zu stellen.

Wir freuen uns, Ihnen anbei die dritte und damit für das Jahr 2023 letzte Ausgabe des Rundbriefes der Gesundheitsregion^{plus} DONAURIES präsentieren zu können. Herzlichen Dank an alle Akteure, die bei dieser Ausgabe mitgewirkt haben.

Wir wünschen Ihnen eine besinnliche Weihnachtszeit, alles Gute für das neue Jahr und viel Freude beim Lesen.



Stefan Rößle
Landrat



Julia Lux
Geschäftsstellenleitung Gesundheitsregion^{plus}



1. Aktuelles aus dem Netzwerk	2. Die Gesundheitsregion ^{plus} im Gespräch mit...	3. Weitere Informationen, Veranstaltungen
<ul style="list-style-type: none">• Rückblick Gesundheitsforum 2023• Rückblick Schwerpunktthema Einsamkeit: Filmnachmittage für Senioren• Neuer Kurs „Lebensretter112“ des BRK• Scherpunktthema 2024: „Frauengesundheit – ein Leben lang“	<ul style="list-style-type: none">• Milena Oefe (Lebenshilfe Donau-Ries) und Sarah Heydecker (Diakonie Donau-Ries) über die Austauschplattform ELTERNSTÄRKE(n)• Sonya Karmazin, Daniela Rühl und Thomas Heindl, EUTB Donau-Ries	<ul style="list-style-type: none">• #gesundheitstipp von Dr. Georg Frank: So kommen Sie gut durch den Winter und die Erkältungszeit• digiDEM Bayern sucht Forschungspartner• digiDEM Bayern: Vermittlung von fundiertem Demenz-Wissen• Podcast des StMGP zu den Themen Gesundheit und Pflege• „Pflegefinder – Die Pflegebörse für Bayern“ startet• Förderrichtlinie Gute Pflege in Bayern• Bayerischer Demenzfonds• INQA-Coaching für ärztliche Praxen zum Thema Digitalisierung

1. Aktuelles aus dem Netzwerk

Rückblick Gesundheitsforum 2023

Am 29. November 2023 fand die jährliche Sitzung des Gesundheitsforums statt. Landrat Stefan Rößle begrüßte 14 Mitglieder in der Berufsfachschule für Pflege des gKU in Donauwörth.

Danach berichtete Frau Lux, Geschäftsstellenleitung, über abgeschlossene, laufende und geplante Aktivitäten bzw. Projekte in der Gesundheitsregion^{plus} des Landkreises Donau-Ries. Dabei ging sie auf die unterschiedlichen Handlungsfelder Gesundheitsförderung/Prävention, Gesundheitsversorgung und Pflege ein.

Anschließend beschäftigten sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer noch einmal mit dem diesjährigen Schwerpunktthema „Einsamkeit“. Sabine Kölbl, Diplom-Psychologin beim Sozialpsychiatrischen Dienst des Caritasverband Donau-Ries, erläuterte in ihrem Vortrag „Einsamkeit – ein Gesundheitsthema, das uns alle angeht“ die Bedeutung von Gemeinschaft, die Ursachen von (chronischer) Einsamkeit sowie potentielle Folgen von Einsamkeit. Abschließend stellte Frau Kölbl Möglichkeiten zur Prävention von Einsamkeit vor. Diese wurden im Rahmen einer Austauschrunde gemeinsam diskutiert. Die anwesenden Forumsmitglieder waren sich abschließend einig, dass das Thema „Einsamkeit“ immer mehr an Bedeutung gewinnt und weiterverfolgt werden sollte.



Gesundheitsforum 2023
(Foto: Julia Lux)

Rückblick Schwerpunktthema Einsamkeit: Filmnachmittage für Senioren

Anlässlich des Präventionsschwerpunktes „Licht an. Damit Einsamkeit nicht krank macht.“ des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege organisierte die Gesundheitsregion^{plus} des Landkreises Donau-Ries zwei Veranstaltungen zum Thema Einsamkeit. Gemeinsam mit dem Ambulanten Krankenpflegeverein Wemding e.V. und der Nördlinger Nachbarschaftshilfe e.V. wurden zwei Filmnachmittage für Senioren durchgeführt:



Die Organisatoren des Wemdinger Filmnachmittages
(v.l.n.r.: Martin Ziegler, Julia Lux, Theo Knoll, Gottfried Hänsel) Foto: Martin Ziegler

Der Filmnachmittag in Wemding fand am Mittwoch, den 08.11.2023 statt. Über 50 Seniorinnen und Senioren sind der Einladung des Ambulanten Krankenpflegevereins Wemding e. V. gefolgt und haben sich im hiesigen Kolpingheim zusammengefunden.

Nach einer Begrüßung durch Gottfried Hänsel, 1. Vorsitzender des Ambulanten Krankenpflegevereins Wemding e.V., und Julia Lux, Geschäftsstellenleiterin der Gesundheitsregion^{plus} Donau-Ries, hat Theo Knoll, Rektor i. R., die Moderation des Nachmittages übernommen. Er führte die Anwesenden in das Thema Einsamkeit ein und stellte dabei heraus, dass jeder Mensch – unabhängig von Geschlecht, Alter und Lebensphase – von Einsamkeit betroffen sein kann. Anschließend wurden drei Kurzfilme, die auf unterschiedliche Art und Weise das Thema Einsamkeit beleuchtet haben, gezeigt. Nach den Filmen erörterten die Senioren bei Kaffee und Kuchen, welche Maßnahmen zur Prävention von Einsamkeit getroffen werden können. Dabei erarbeiteten die Anwesenden gemeinsam mit Moderator Theo Knoll heraus, dass man gerade auch im Alter offen für neue Bekanntschaften und Freizeitaktivitäten sein sollte.



Filmnachmittag in Wemding
Foto: Julia Lux



Die Organisatoren des Nördlinger Filmnachmittages
(v.l.n.r.: Susanne Schaffer, Karl Hubel, Veronika Skutta, Julia Lux, Anita Dirtheuer, Werner Luther, Karl Schaffer)
Foto: Julia Lux

Der Filmnachmittag in Nördlingen wurde eine Woche später veranstaltet. Werner Luther, 1. Vorsitzender der Nördlinger Nachbarschaftshilfe e.V., begrüßte ca. 90 Seniorinnen und Senioren in der Alten Schranne. Er stellte zunächst die Arbeit der Nördlinger Nachbarschaftshilfe e.V. vor und leitete anschließend auf das Thema Einsamkeit über. Dabei wurde deutlich, dass ein Schwerpunkt der Nördlinger Nachbarschaftshilfe e.V. darauf liegt, älteren Menschen, die aufgrund der Erschwernisse des Alters nicht mehr (alleine) aus dem Haus

können, Gesellschaft zu leisten. Oberbürgermeister David Wittner bedankte sich in seinem Grußwort bei den Organisatoren des Filmnachmittages und gab einen Überblick über das vielfältige Angebot für Senioren in der Stadt Nördlingen. Anschließend wurde den anwesenden Senioren ein unterhaltsamer und altersloser Spielfilm über die Liebe, das Altwerden und die Kraft der Musik als ewigen Jungbrunnen gezeigt. Bei Kaffee und Kuchen wurde sich abschließend über den Film und die Bedeutung von Gemeinschaft ausgetauscht.



Filmnachmittag in Nördlingen
Foto: Julia Lux

Sowohl in Wemding als auch in Nördlingen waren die Organisatoren und alle Beteiligten mit dem Filmnachmittag für Senioren zufrieden und freuten sich insbesondere über die große Nachfrage. „Das hat uns gezeigt, wie wichtig das Thema ist. Es ist uns gelungen, einen Treffpunkt für Senioren zu schaffen und über die unterschiedlichen Filme gemeinsam ins Gespräch zu kommen“, resümiert Julia Lux, Geschäftsstellenleitung der Gesundheitsregion^{plus} Donau-Ries. Sie sieht die beiden Veranstaltungen als Anstoß, um weiter an dem

Thema dran zu bleiben: „Das war ein Ansatz, vom dem ich mir wünschen würde, dass er wiederholt oder auch in anderen Städten und Gemeinden im Landkreis versucht wird“. Für ähnliche Veranstaltungen gibt Lux noch folgenden Tipp: „Über das Seniorenfilmprojekt der Landesmediendienste Bayern können alle, die in der Seniorenarbeit aktiv sind, kostenfrei Filme leihen. Wer mehr Informationen dazu haben möchte, kann sich gerne an mich oder direkt an die Landesmediendienste Bayern wenden“.

Neuer Kurs „Lebensretter112“ des BRK

Der BRK Kreisverband Nordschwaben bietet einen neuen Kurs zum Thema Erste Hilfe an. In **112 Minuten** werden die wichtigsten lebensrettenden Maßnahmen in typischen Akutsituationen praxisnah vermittelt. Dabei beinhaltet der Lehrgang folgende Schwerpunkte:

- Bewusstlosigkeit und stabile Seitenlage
- Freimachen der Atemwege
- Reanimation
- Anwendung eines Defibrillators
- Stillen lebensbedrohlicher Blutungen
- Herzinfarkt
- Schlaganfall

Der Unkostenbeitrag für den Kurs beläuft sich auf 20,00€.

Weitere Informationen und Termine finden Sie auf der Website des BRK Kreisverbandes Nordschwaben unter www.brk-nordschwaben.de/kurse/erste-hilfe/lebensretter-112.

Kontakt:

Telefon: 0906 70682-727

E-Mail: ausbildung@kvnordschwaben.brk.de



(Bild: BRK Kreisverband Nordschwaben)

Schwerpunktthema 2024: „Frauengesundheit – ein Leben lang“

Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit, Pflege und Prävention



Die Gesundheit von Frauen wird der nächste Präventionsschwerpunkt des bayerischen Gesundheitsministeriums.

Unter der Überschrift „Frauengesundheit – ein Leben lang“ befasst sich 2024 der neue Schwerpunkt mit der Gesundheitsförderung für Frauen und Prävention von frauenspezifischen Erkrankungen.

Es gibt gesundheitliche Besonderheiten und Krankheiten, von denen nur Frauen betroffen sind – und solche, die bei Frauen häufiger oder in anderer Form als bei Männern auftreten. Darüber soll im Rahmen des Schwerpunktthemas informiert werden und verstärkt Hilfsangebote dazu aufgezeigt werden.

So erkranken in Bayern jährlich mehr als 10.000 Frauen an Brustkrebs, 2.783 Frauen sind 2021 daran im Freistaat verstorben. Außerdem hat sich die Zahl der Endometriose-Erkrankungen in den vergangenen 20 Jahren mehr als verdoppelt. Auch gehen mehr Frauen als Männer wegen psychischer Erkrankungen vorzeitig in Rente – und bei 80 Prozent aller Essstörungen, die ambulant behandelt wurden, handelt es sich um Patientinnen. Frauen sind zudem insgesamt häufiger von bestimmten psychischen Erkrankungen betroffen als Männer – und leiden dabei meist an affektiven Störungen oder Angststörungen. Auch bei Demenz ist der Anteil der Frauen höher: Etwa zwei Drittel aller Betroffenen über 65 Jahre in Bayern sind Frauen.

Das Wissen über geschlechterspezifische Unterschiede von Erkrankungen kann dabei helfen, durch gezielte Gesundheitsförderung und Früherkennungsuntersuchungen frauentypische Risiken zu vermeiden und Krankheiten frühzeitig zu erkennen.

2. Die Gesundheitsregion^{plus} im Gespräch mit...

... Milena Oefele (Lebenshilfe Donau-Ries) und Sarah Heydecker (Diakonie Donau-Ries) über die Austauschplattform ELTERNSTÄRKE(n).

Jede Familie steht immer wieder vor herausfordernden Situationen. Familien mit einem Kind mit Beeinträchtigung haben oft ein zusätzliches Maß an Lebensbewältigung zu leisten. Diese Eltern soll ELTERNSTÄRKE(n) unterstützen. Um was sich bei ELTERNSTÄRKE(n) genau handelt, erläutern Milena Oefele von der Lebenshilfe Donau-Ries und Sarah Heydecker von der Diakonie Donau-Ries im Gespräch mit der Gesundheitsregion^{plus}.



(Bild: Milena Oefele)

Frau Oefele, Frau Heydecker, was und wer verbirgt sich hinter dem Projekt „ELTERNSTÄRKE(n)“?

Milena Oefele: ELTERNSTÄRKE(n) ist eine offene Austauschplattform für Eltern von Kindern mit Beeinträchtigung, egal welchen Alters. Es ist ein gemeinsames Projekt der Lebenshilfe Donau-Ries e.V., der Diakonie Donau-Ries und engagierter Eltern. Je nach Thematik stoßen externe Referenten dazu.

Sarah Heydecker: Es war der Wunsch verschiedener Eltern nach mehr Austausch untereinander. Außerdem haben wir festgestellt, dass zu verschiedenen Themen viel Unwissen herrscht. Deswegen werden dementsprechend Inhalte aufgegriffen.

Welche Ziele verfolgen Sie mit der Austauschplattform?

Milena Oefele: Das Ziel ist, die Vernetzung, den Austausch und das voneinander Lernen zwischen den Angehörigen im Landkreis zu fördern. Wir bieten regelmäßige Treffen und kostenlose Informationsveranstaltungen an, die jeweils einen eigenen Themenschwerpunkt haben.

An welche Personen richtet sich die Austauschplattform?

Sarah Heydecker: Elternstärke(n) richtet sich an alle Eltern, die ein Kind mit Beeinträchtigung haben – egal welchen Alters. Beeinträchtigung bedeutet für uns, Kinder mit körperlicher, geistiger sowie seelischer Behinderung, mit chronischen Erkrankungen oder Entwicklungsverzögerungen.

Um welche Themen geht es bei den Treffen?

Sarah Heydecker: Es geht um alle Themen rund um das Thema Beeinträchtigung. Es gab z.B. schon Vorträge zum Thema Behindertentestament, herausfordernde Verhalten oder zu Wohnformen.

Milena Oefele: Bei den Austauschtreffen hängt das Thema ganz von den anwesenden Eltern ab. Jedes Elternteil bringt ein Thema mit, das es gerade beschäftigt. Oft gibt es dann Eltern in ähnlichen Situationen, die einen Tipp haben wie sie damit umgehen. Manchmal ist es so einfacher, Abläufe sowie Kontakte zu dem richtigen Ansprechpartner zu bekommen.

Wie oft und wo finden die Treffen statt?

Sarah Heydecker: Es gibt monatliche Austauschtreffen. Diese finden in Nördlingen statt. Der aktuelle Treffpunkt steht jeweils in der Einladung. Diese bekommen Interessierte, entweder über unseren Email-Verteiler, über die regionalen Zeitungen oder über unsere Social Media Seiten (Instagram: @oba.diakonie.donau.ries oder @lebenshilfedonauries; Facebook: OBA Diakonie Donau Ries oder Lebenshilfe Donau-Ries)

Milena Oefele: Das nächste Austausch-Treffen findet am Donnerstag 01.02.2024 um 18:30 Uhr im Haus der Kirche, Würzburger Straße 13 in Nördlingen statt.

An wen können sich interessierte Familien wenden?

Sarah Heydecker: Interessierte Familien können sich gerne unter den folgenden Kontaktdaten an uns beide wenden:

Milena Oefele: m.oefele@lhdon.de und Tel. 09081 2901417

Sarah Heydecker: Sarah.Heydecker@diakonie-donauries.de und Tel. 09081 2907051

Vielen Dank für das Interview!

... Sonya Karmazin, Daniela Rühl und Thomas Heindl, EUTB Donau-Ries



(v.l.n.r.: Daniela Rühl, Thomas Heindl und Sonya Karmazin)
Bild: EUTB Donau-Ries)

Wer mit einer Behinderung lebt oder ein erhöhtes Risiko für eine Behinderung hat, hat ein Recht auf finanzielle und praktische Unterstützung. Manchmal ist es aber nicht einfach, sich im komplexen Hilfesystem mit den vielen verschiedenen Anlaufstellen zurechtzufinden. Die Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) kann hier helfen. Sonya Karmazin, Daniela Rühl und Thomas Heindl sind Berater bei der EUTB und berichten im Gespräch

mit der Gesundheitsregion^{plus} über das Beratungsangebot der EUTB.

Frau Karmazin, Frau Rühl und Herr Heindl, wer kann sich an Ihre Beratungsstelle wenden und bei welchen Fragen können Sie helfen?

Sonya Karmazin: Unsere Beratungsstelle berät, unterstützt und begleitet Menschen jeglicher Behinderungsart, deren Angehörige oder/und gesetzliche Betreuer. Familienangehörige oder Betreuer können vorab auch ohne den eigentlich betroffenen Menschen zu uns kommen, um sich über die Unterstützungsmöglichkeiten zu informieren.

Daniela Rühl: Oft kommen Eltern zu uns, deren Kinder überfordert wären, wenn sie mit zu uns kommen würden und wir besprechen, welche Hilfen beantragt werden können (z.B. Individualbegleitung im Kindergarten, Umbau des PKW, finden geeigneter Schulform usw.). Es muss auch noch kein Schwerbehindertenausweis vorliegen. Gespräche werden in den unterschiedlichsten Settings geführt: Alleine mit den Ratsuchenden, zusammen mit Familienmitgliedern/Betreuern, bei uns im Büro, im Büro an unseren Außenstellen, aufsuchend bei den Ratsuchenden zu Hause und im Bedarfsfall auch begleitend zu Ämtern und anderen Beratungseinrichtungen.

Thomas Heindl: Wir besprechen alle Fragen zur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben im Sinne des BTHG. Natürlich unterstützen wir auch bei Anträgen für die AfA oder das Jobcenter. Auch hier macht es einen Unterschied, ob eine Behinderung vorliegt oder nicht. Ein Beispiel könnte die Genehmigung eines größeren Wohnraumes durch das Jobcenter bei einem Rollstuhlfahrer sein.

Wie lange begleiten Sie Ratsuchende?

Daniela Rühl: Die Länge der Begleitung orientiert sich stark an den jeweiligen Bedürfnissen und der Komplexität des Anliegens. Von einem einzigen Beratungsgespräch, das Orientierung geben kann, wie man weiter vorgeht, bis hin zu regelmäßigen Terminen, verteilt über einige Monate, wenn verschiedene Anträge und Unterlagen gemeinsam zu bearbeiten sind. Anträge beim Bezirk, beim Versorgungsamt und anderen Ämtern erfordern

von den Ratsuchenden oft viel Geduld. Zudem bedürfen entsprechende Anforderungen, die vom jeweiligen Amt gestellt werden, immer wieder einer Erklärung.

Thomas Heindl: Wir begleiten solange, wie wir zuständig sind und die Anfrage offen ist. Es gibt natürlich auch Fälle, bei denen wir an andere Einrichtungen/Beratungsstellen, weiterverweisen. Hier sehen wir unsere EUTB in der Funktion eines Casemanagers. Grundsätzliches Ziel ist es bei den Ratsuchenden mutmachende Prozesse auszulösen, damit wieder ein möglichst hohes Maß an Selbständigkeit erreicht wird.

Mit welchen Themen wenden sich die Ratsuchenden am häufigsten an Sie?

Sonya Karmazin: Die inhaltliche Bandbreite ist sehr groß. Oft sind es allgemeine Fragestellungen der Alltagsbewältigung und zu verschiedensten Unterstützungsmöglichkeiten, aber auch leistungsrechtliche Themen bis hin zu grundlegenden Veränderungen der Lebenssituation werden besprochen. Weitere Beispiele sind die Gestaltung eines neuen, betreuten Wohnumfeldes, Freizeitassistenz, Ermittlung individueller Bedarfe für Schule und Bildung, Anträge für Hilfsmittel, Beantragung eines SB-Ausweis, Unterstützung bei Anträgen der AfA und des Jobcenters. Antrag für das Opferentschädigungsgesetz usw.

Mit welchen Akteuren bzw. anderen Beratungsstellen arbeiten Sie eng bei der Betreuung der Betroffenen zusammen?

Thomas Heindl: Wie aus unserem Namen ersichtlich steht das „E“ für die ergänzende Zusammenarbeit mit bereits vorhandenen Beratungsangeboten, Leistungserbringern und Kostenträgern im Landkreis (z.B. DRV, AfA, Jobcenter, KK, usw.).

Daniela Rühl: Exemplarisch möchten wir hier einige unserer Netzwerkpartner nennen ohne eine Vollständigkeit gewährleisten zu können: Pflegestützpunkt des Landkreises Donau-Ries, Landratsamt Donau-Ries und Stadt Donauwörth (Bereich Renten und Soziales) Sozialpsychiatrischer Dienst der Caritas (SpDi), Fallmanagement des Jobcenters Donau-Ries, Reha – Beratung der Agentur für Arbeit Donauwörth, VdK, Schwerbehindertenvertreter verschiedenster Betriebe, Integrationsfachdienst Schwaben, Donau-Ries Klinik Donauwörth und Bezirkskrankenhaus Donauwörth, Autismus Kompetenzzentrum Schwaben.

Sie bieten in der EUTB auch das sog. Peer-Counseling an. Was bedeutet das?

Daniela Rühl: Peer Counseling ist eine Methode, welche eigene Betroffenheit und Professionalität miteinander verbindet. Dabei beraten qualifizierte Personen mit einer eigenen Beeinträchtigung und/oder Behinderung oder Angehörige mit eigenen Expertenwissen und zeigen Wege zur Teilhabe am Leben in der Gesellschaft auf.

Sonya Karmazin: Durch diese Beratungsmethode können selbstgesteuerte Lösungsstrategien und Empowermentprozesse gestartet werden. Dabei wird sichtbar, dass beide Parteien voneinander profitieren können – sowohl die Ratsuchenden als auch die beratende Person und ein Austausch auf Augenhöhe stattfindet.

Thomas Heindl: Peer-Beratung ist somit eine Beratung durch Menschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben und sich in ähnlichen Lebenssituationen befinden.

Vielen Dank für das Interview!

3. Weitere Informationen, Veranstaltungen...

#gesundheitstipp: So kommen Sie gut durch den Winter und die Erkältungszeit

Mit dem Einzug des Herbstes und Winters ändern sich nicht nur die Blätter an den Bäumen, sondern auch unsere täglichen Herausforderungen in Bezug auf die Gesundheit. Die kühleren Temperaturen und der Wechsel von warm zu kalt können unseren Körper belasten und das Immunsystem herausfordern. Daher ist es besonders wichtig, sich in dieser Jahreszeit umfassend um die eigene Gesundheit zu kümmern. Hier sind einige nützliche Tipps, um gut durch den Herbst und die Erkältungszeit zu kommen:



Dr. Georg Frank,
Facharzt für Allgemeinmedizin
(Bild: Dr. Georg Frank)

- **Stärkung des Immunsystems:** Eine ausgewogene Ernährung mit viel Obst, Gemüse und Vollkornprodukten versorgt den Körper mit wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen. Besonders Vitamin C, Vitamin D und Zink spielen eine entscheidende Rolle für ein gut funktionierendes Immunsystem.
- **Ausreichend Bewegung an der frischen Luft:** Trotz kühlerer Temperaturen ist es wichtig, regelmäßig an die frische Luft zu gehen. Ein Spaziergang im Park oder im Wald stärkt nicht nur die Abwehrkräfte, sondern fördert auch die Durchblutung und das allgemeine Wohlbefinden.
- **Händehygiene beachten:** Eine der effektivsten Maßnahmen zur Vorbeugung von Infektionen ist eine gute Händehygiene. Regelmäßiges Händewaschen mit Seife für mindestens 20 Sekunden reduziert das Risiko, Erkältungsviren aufzunehmen.
- **Ausreichend Schlaf:** Ein erholsamer Schlaf ist essenziell für ein starkes Immunsystem. Versuchen Sie ausreichend Schlaf in Ihren Tagesablauf zu integrieren, um Ihrem Körper die nötige Erholung zu ermöglichen.
- **Luftfeuchtigkeit im Auge behalten:** Heizungen können die Luft in Innenräumen stark austrocknen. Eine ausreichende Luftfeuchtigkeit schützt die Schleimhäute vor dem Austrocknen und erleichtert die Abwehr von Krankheitserregern.

- **Ernährung mit saisonalen Lebensmitteln:** Nutzen Sie die Vielfalt an saisonalen Obst- und Gemüsesorten im Herbst. Kürbisse, Äpfel, Birnen und Kohlsorten sind nicht nur lecker, sondern liefern auch wichtige Nährstoffe.
- **Impfung gegen Grippe und Corona laut STIKO:** Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt insbesondere in der Herbst- und Erkältungszeit die Impfung gegen Influenza (Grippe) und COVID-19 bei bestimmten Personengruppen. Diese Impfungen tragen dazu bei, schwere Krankheitsverläufe zu verhindern und schützen nicht nur Sie selbst, sondern auch Ihr Umfeld.

In diesem Sinne, bleiben Sie gesund und kommen Sie gut durch den Herbst/Winter.

Ihr
Dr. Georg Frank,
Facharzt für Allgemeinmedizin, Nördlingen

digIDEM Bayern sucht Forschungspartner

digIDEM Bayern sucht Forschungspartner im Landkreis Donau-Ries, die zur Demenzforschung beitragen

Für ein besonderes Projekt im Bereich der Demenzforschung macht sich Stefan Rößle, Landrat des Landkreises Donau-Ries stark. Er unterstützt das Digitale Demenzregister Bayern (digIDEM Bayern). Das Ziel der digIDEM Bayern-Wissenschaftler ist es, die Lebenssituation von Menschen mit leichten kognitiven Beeinträchtigungen und Menschen mit Demenz sowie ihren pflegenden Angehörigen zu verbessern. Dazu bedarf es der Unterstützung von Forschungspartnern im Landkreis Donau-Ries und in der näheren Umgebung. digIDEM Bayern wird vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention (StMGP) gefördert.



Ist die Diagnose Demenz gestellt, erleben Betroffene und ihre Familien dies als einen großen Einschnitt. Sie damit nicht allein zu lassen, sondern sie zu unterstützen, ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Doch welche Angebote werden am dringendsten benötigt? Welche werden genutzt, welche sind bekannt?

Dies möchte das Digitale Demenzregister Bayern (digIDEM Bayern) herausfinden – mit der Hilfe von Forschungspartnern direkt vor Ort. „Wer am Projekt digIDEM Bayern teilnimmt, kann die zukünftige Versorgung von Menschen mit leichten kognitiven Beeinträchtigungen und Menschen mit Demenz sowie ihren pflegenden Angehörigen aktiv mitgestalten“, weiß Julia Lux, Geschäftsstellenleitung der Gesundheitsregion^{plus}.

Regionale Versorgungslücken aufdecken

Die Forschungspartner befragen dabei Menschen mit leichten kognitiven Einschränkungen und mit Demenz sowie deren Angehörige zu ihrer Situation. Auf diese Weise erhalten die digiDEM Bayern-Wissenschaftler einen Überblick über die Demenzversorgung und mögliche regionale Lücken.

„Unser Ziel ist es, mit Hilfe der gewonnenen Erkenntnisse die Lebensbedingungen der Betroffenen zu verbessern und ihnen digitale Unterstützungsangebote bereitzustellen“, erläutert der Neurologe und digiDEM Bayern-Projektleiter Prof. Dr. med. Peter Kolominsky-Rabas. „Auch für Entscheider aus der Politik sind unsere Forschungserkenntnisse bedeutsam.“ Gerade in ländlichen Regionen Bayerns ist der Bedarf an wissenschaftlich abgesicherten Erkenntnissen über die Versorgungslage und die Bedarfe von Menschen mit Demenz groß.

„Unsere Gesellschaft wird immer älter. Geben Sie deshalb Betroffenen eine Stimme und beteiligen Sie sich an der Demenzforschung von digiDEM Bayern,“ empfiehlt Landrat Stefan Rößle. „Wir als Landkreis Donau-Ries und als Gesundheitsregion^{plus} unterstützen das wichtige Projekt aus voller Überzeugung.“

Jeder kann mitmachen

Seit Januar 2021 hat digiDEM Bayern gemeinsam mit seinen Forschungspartnern in ganz Bayern mehr als 1.500 Menschen mit kognitiven Einschränkungen sowie ihre pflegenden Angehörigen befragt. Zu den Forschungspartnern gehören unter anderem Beratungsstellen, ambulante Pflegedienste, Tagespflegen, Kliniken, Institutsambulanzen, Gedächtnissprechstunden sowie Arztpraxen und Medizinische Versorgungszentren (MVZ).



Lisa Laininger, wissenschaftliche Mitarbeiterin im Projekt digiDEM Bayern, bei einem Demenz-Screeningtest
(Bild: Foto: digiDEM Bayern/Ilona Hörath)

Aber auch Einzelpersonen wie zum Beispiel ehrenamtlich Tätige führen die Befragungen durch. Alle digiDEM Bayern-Forschungspartner erhalten dabei eine Aufwandsentschädigung. Zudem stellt ihnen digiDEM Bayern Auswertungen der von ihnen erhobenen Daten zur Verfügung, die für eigene Analysen und Publikationen verwendet werden können.

Wer am Projekt digiDEM Bayern teilnehmen oder in einem persönlichen Gespräch mehr erfahren möchte, kann sich an Nikolas Dietzel, wissenschaftlicher Mitarbeiter bei digiDEM Bayern wenden (E-Mail: suedbayern@digidem-bayern.de, Telefon: 0162/2432380). Alle, die zur Demenzforschung beitragen wollen, können sich außerdem hier informieren: <https://digidem-bayern.de/machen-sie-mit-2/>.

digiDEM Bayern: Vermittlung von fundiertem Demenz-Wissen

Je besser die Öffentlichkeit über Demenz informiert ist, desto eher ist sie bereit, falsche Vorstellungen über die Alzheimer-Krankheit und über Demenz zu hinterfragen.



Deshalb möchten wir Sie auf ein besonderes Angebot von digiDEM Bayern aufmerksam machen. Den Demenz-Forschern ist es ein großes Anliegen, über aktuelle Neuigkeiten aus der nationalen und internationalen Demenzforschung zu informieren. digiDEM Bayern möchte dazu beitragen, die Krankheit zu entstigmatisieren und die Früherkennung von Demenz zu fördern.

In ihrem digiDEM Bayern Science Watch-Newsletter stellen sie kurz und bündig und auf allgemeinverständliche Art unterschiedlichste Themenaspekte vor, zum Beispiel Demenzprävention, vermeidbare Risikofaktoren und Umgang mit Demenzerkrankungen. Alle Informationen sind dabei geprüft und wissenschaftlich untermauert.

Fundiertes Demenz-Wissen

Der Newsletter mit wertvollen Tipps für alle Interessierten vermittelt fundiertes Demenz-Wissen. Er erscheint regelmäßig einmal im Monat und ist kostenfrei. Wer den lesenswerten Newsletter abonniert, erfährt auch Neues zu den digiDEM Bayern-Webinaren. Einmal im Monat referieren hochkarätige Wissenschaftler und erfahrene Experten aus der Praxis live über Themen, die für Betroffene und Pflegende von Bedeutung sind.

Hier können Sie sich kostenlos für den Newsletter anmelden: <https://digidem-bayern.de/newsletter/>.

Podcast „Rund um Gesund“ des StMGP zu den Themen Gesundheit und Pflege

Das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention wirft in seinem Podcast "Rund um Gesund" einen Blick auf persönliche Schicksale, bewegende Stories und interessantes Hintergrundwissen rund um die Themen Gesundheit und Pflege. Der Podcast ist auf zahlreichen Streaming-Plattformen zu finden, zum Beispiel bei Spotify, Audible, Deezer und YouTube. In den bisherigen Folgen ging es insbesondere um die Themen Hospizarbeit, Prävention bei Kindern und Jugendlichen, Demenz, Pflege und Organspende.



Mehr Informationen zum Podcast und den bisherigen Folgen gibt es unter <https://www.stmgp.bayern.de/service/podcast/>.

„Pflegefunder – Die Pflegebörse für Bayern“ startet

Als Teil der Strategie „Gute Pflege. Daheim in Bayern“ hat sich das Land Bayern verpflichtet, seinen Bürgerinnen und Bürgern zeitnah eine digitale Plattform für pflegerische Angebote bereit zu stellen. Nach nur einjähriger Entwicklungszeit wird es zum 01.01.2024 soweit sein und das bereits früher an dieser Stelle als digitale „Börse für pflegerische Angebote“ vorgestellte Vorhaben wird unter dem Namen „Pflegefunder Bayern“ in den Echtbetrieb starten.



Der Pflegefunder soll Bürgerinnen und Bürgern die Suche nach dem passenden pflegerischen Unterstützungsangebot erleichtern und wird ihnen die Möglichkeit bieten, bei Anzeige eines passgenauen und freien Angebotes direkt mit dem Anbieter in Verbindung zu treten. Neben den Bürgerinnen und Bürgern und den diversen einschlägigen Beratungsangeboten wie Pflegestützpunkten oder Fachstellen für pflegende Angehörige sowie den Krankenhaussozialdiensten sollen aber auch die Anbieter und Akteure von pflegerischen Hilfe- und Unterstützungsleistungen einen unmittelbaren Nutzen von der Teilnahme an der Plattform haben. Sie können unter anderem durch den Wegfall von telefonischen Aufnahmeanfragen oder dem vereinfachten Datentransfer bei Aufnahme oder Weiterleitung Zeit für Verwaltung und Dokumentation sparen. Dies soll wiederum in nicht geringem Umfang zur Entlastung von Leitungspersonal und Pflegekräften führen.

Das Portal soll bayernweit die pflegerischen Dienstleistungen und unterstützenden Angebote wie Pflegeplätze in den diversen Ausrichtungen wie z. B. Dauer- und Kurzzeitpflege, ambulant betreute Wohngruppen oder Hospiz- und Palliativangebote sowie ambulante Angebote wie Pflegedienste oder die verschiedenen Beratungsangebote umfassen. Um die Suchanfrage möglichst konkret gestalten zu können, können zudem in der Detailabfrage Bedarfe wie zum Beispiel „Pflege für Menschen mit Behinderung“ oder die Suche nach einem Pflegeplatz für ein Kind/einen Jugendlichen definiert werden. Aktuell wird daran gearbeitet, die verschiedenen Einrichtungen und Dienste pflegerischer Leistungen möglichst vollumfänglich für die Teilnahme an der Plattform zu gewinnen. Zu diesem Zweck erhielten diese Anfang November eine Onboarding-Mail durch den geförderten Betreiber der Plattform, die Firma Recare Deutschland GmbH. Über den in der Mail enthaltenen Registrierungslink können Interessenten ihr Angebot schon jetzt kostenlos auf der Plattform registrieren. Zusätzlich dazu wird das StMGP Anfang Dezember ein postalisches Schreiben an die potenziellen Akteure versenden und so über das Vorhaben und die Vorteile des Pflefeunders informieren.

Ziel ist eine möglichst hohe Akzeptanz und Teilnahmebereitschaft am Portal. Sollten Sie Fragen zum Pflegefunder Bayern haben, können Sie sich gerne unter Pflegefunder@stmgp.bayern.de an die entsprechenden Ansprechpartner wenden.

Förderrichtlinie Gute Pflege in Bayern

Mit Bekanntmachung vom 22.09.2023 ist am 5.10.2023 die Förderrichtlinie Gute Pflege in Bayern (GutePflegeFÖR) in Kraft getreten. Weitere Informationen zu der Förderrichtlinie finden Sie unter <https://www.lfp.bayern.de/gutepflege/>.

Bayerischer Demenzfonds – Fördersäule 2

Über den Bayerischen Demenzfonds können Kommunen Förderung für den Auf- und Ausbau nachhaltiger Programme für Menschen mit Demenz beantragen. Dabei werden insbesondere Netzwerke, Begegnungsmöglichkeiten und Teilhabemöglichkeiten im gesellschaftlichen bzw. öffentlichen Leben und Öffentlichkeitsarbeit gefördert. Die Förderhöhe beträgt 2.000 bis 20.000 Euro, höchstens bis zu 90 Prozent der zuwendungsfähigen Ausgaben über maximal 18 Monate. Weitere Informationen finden Sie auf der Seite des Landesamtes für Pflege (<https://www.lfp.bayern.de/bayerischerdemenzfonds/>).

INQA-Coaching für ärztliche Praxen zum Thema Digitalisierung

Über eine Förderung aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) und des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales (BMAS) können sich ärztliche Praxen, die älter als zwei Jahre sind und insg. mind. einen Vollzeitäquivalenten beschäftigen, u. a. zu den Themen „Implementierung digitaler Tools, die das Personal entlasten“, „Schaffen von Homeoffice-Lösungen“ oder „Konfiguration von Praxissoftware“ mit einem Zuschuss von 80 Prozent beraten/coachen lassen. Weitere Informationen zu den Fördervoraussetzungen finden Sie auf der Seite von INQA-Coaching (<https://www.inqa.de/DE/angebote/inqa-coaching/uebersicht.html>).

Haben Sie Informationen für das Netzwerk der Gesundheitsregion^{plus} DONAURIES?

Senden Sie uns gerne Neuigkeiten, Termine und Wissenswertes zur Veröffentlichung im nächsten Rundbrief zu.

Registrierung für den Rundbrief

Wenn Sie den Rundbrief der Gesundheitsregion^{plus} zukünftig erhalten möchten, senden Sie bitte eine E-Mail an j.lux@donkliniken.de.

Kontakt

Geschäftsstelle Gesundheitsregion^{plus}
DONAURIES
Telefon: 0906 782-11961
E-Mail: j.lux@donkliniken.de
Web: www.gesundheitsregion-donauries.de

