

Fachveranstaltung  
**Jung erkrankte Menschen mit Demenz**  
in Mettmann am 20. März 2024

# „Mitten im Leben“

**Erfahrungen aus der Selbsthilfe und der Beratung**

**Stephanie Mülln**  
Alzheimer Gesellschaft Siegen- Wittgenstein e.V.



Alzheimer Gesellschaft  
Siegen-Wittgenstein e.V.

# Pflegeselbsthilfegruppe „Mitten im Leben“



# Pflegeselbsthilfe Nordrhein-Westfalen

- Pflegeselbsthilfegruppen bieten Personen, die selbst pflegebedürftig sind oder Angehörige pflegen, eine Möglichkeit, sich auszutauschen
- 2017 Gründung der ersten Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe
- Nordrhein-Westfalen verfügt über ein breites Netz an Pflegeselbsthilfeangeboten



# Pflegeselbsthilfe Nordrhein-Westfalen

- die Kontaktbüros haben die Aufgabe
  - Interessierte über bestehende Pflegeselbsthilfeangebote zu informieren
  - Gruppen in ihrer Arbeit zu beraten und zu begleiten
  - bei der Gründung von neuen Selbsthilfeangeboten zu unterstützen
  - Öffentlichkeitsarbeit
  - Organisation der finanziellen Förderung der Gruppen
- Förderung durch die Landesregierung NRW und die Pflegekassen



# Prävalenz Jungerkrankter an Demenz 2021

Altersgruppe	Mittlere Prävalenzrate für Europa			Geschätzte Zahl Demenzerkrankter in Deutschland Ende des Jahres 2021		
	Männer	Frauen	Gesamt	Männer	Frauen	Gesamt
40-59	0,19%	0,22%	0,21%	22.000	25.300	47.300
60-64	0,86%	0,99%	0,93%	25.400	30.100	55.500

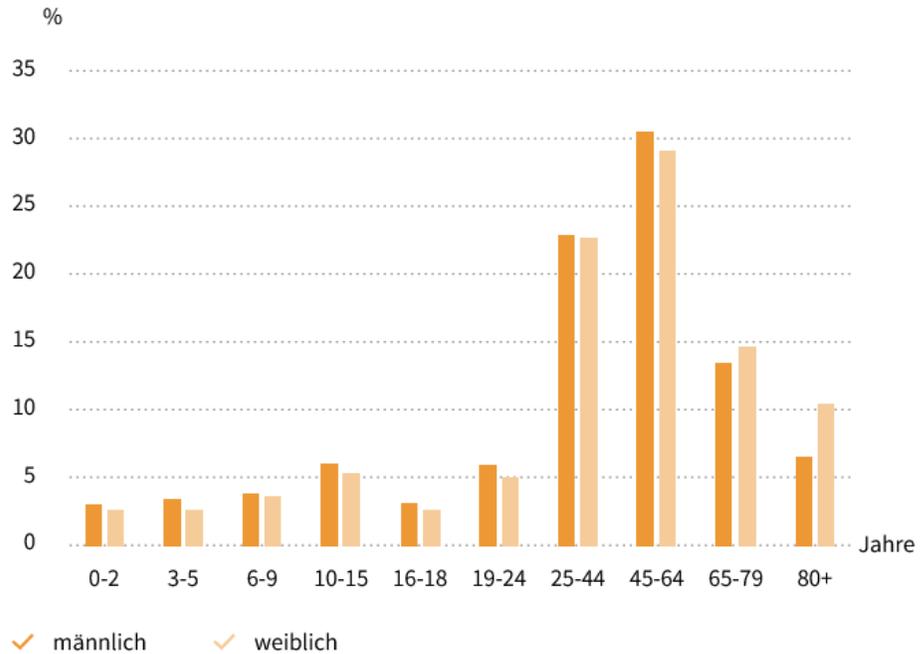
Quelle: Deutsche Alzheimer Gesellschaft 2022



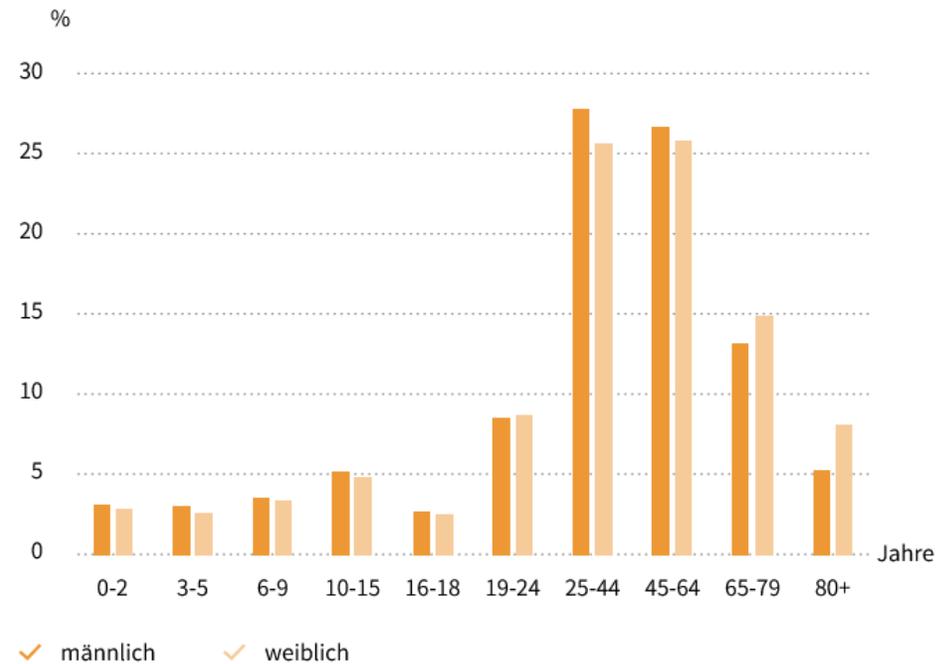
Alzheimer Gesellschaft  
Siegen-Wittgenstein e.V.

# Altersstruktur Mettmann und Siegen

Mettmann (ME) | Altersstruktur - Ist-Daten



Siegen | Altersstruktur - Ist-Daten



# Pflegeselbsthilfegruppe „Mitten im Leben“

## Organisatorisches

- gegründet 2013 durch die Alzheimer Gesellschaft Siegen- Wittgenstein e.V.
- Zielgruppe: Menschen in einer frühen Phase der Demenz
- 10 Teilnehmende
- 41 – 82 Jahre
- Treffen einmal monatlich in barrierefreien Räumlichkeiten



# Pflegeselbsthilfegruppe „Mitten im Leben“

## Ablauf der Treffen

- Themen in der Gruppe ergeben sich spontan, nach den Bedürfnissen der Teilnehmenden
- angeleitet durch zwei gerontologische Fachkräfte
- gemeinsames Kaffeetrinken und Kuchen essen
- verschiedene Ausflüge im Verlauf des Jahres



# Pflegeselbsthilfegruppe „Mitten im Leben“

## Welcher Weg führt in die Gruppe?

- Beratung durch die Alzheimer Gesellschaft und andere Institutionen
- Gedächtnisambulanz
- Ärzte



- nach Anfrage erfolgt Beratungsbesuch des Betroffenen durch eine Moderatorin zusammen mit einem Teilnehmenden der Gruppe



# Pflegeselbsthilfegruppe „Mitten im Leben“

## zentrale Themen der Gruppe

- wie gehen wir als Familie mit dem Thema der Demenz um
- veränderte Beziehungen und Rollen innerhalb der Familie
- Umgang mit Krisensituationen
- Therapie Demenz (Medikamente)
- Mobilität (Autofahren)
- Akzeptanz der Erkrankung
- sich gegenseitig Mut machen



# Pflegeselbsthilfegruppe „Mitten im Leben“

wer ist nicht (mehr) geeignet für die Gruppe

- zu weit fortgeschrittene Demenz
- Psychosen
- stark herausforderndes Verhalten
- unangemessenes Sozialverhalten (FTD)
- eingeschränkte Kommunikation
- eingeschränkte Konzentration



# Pflegeselbsthilfegruppe „Mitten im Leben“

## Gründe für das Ausscheiden aus der Gruppe

- Pflegebedürftigkeit
- eingeschränkte Mobilität
- Aufnahme in stationäre Pflegeeinrichtung
- Psychose
- akute gesundheitliche Ereignisse
- Überforderung



# Gruppenangebote in Siegen- Wittgenstein

- aktuell: 14 Pflegeselbsthilfegruppen
- drei weitere Gruppen in Planung
  - Gesprächskreise
  - Kreativ- Angebote
  - Gedächtnistraining
  - Kochen

# Workshop Ton & Kochgruppe



Fotos: S. Mülln

# Zentrale Themen in der Beratung Jungerkrankter

Alzheimer Gesellschaft Siegen- Wittgenstein e.V.

- Mobbing am Arbeitsplatz
- Ablauf + Zeitpunkt der Beratung
- Zukunftsplanung
- Autofahren

# Zentrale Themen in der Beratung Jungenerkrankter

## Alzheimer Gesellschaft Siegen- Wittgenstein e.V.

- Beziehungsproblematiken
- wie gehen die eigenen Kinder mit der Erkrankung um
- Freizeitgestaltung + Urlaub
- aktive Teilhabe am sozialen Umfeld

# Kontakt

Alzheimer Gesellschaft Siegen- Wittgenstein e.V.

**Stephanie Mülln**

Weidenauer Str. 202

57076 Siegen

Tel. 0271- 67 34 72 39

[info@alzheimer-siegen.de](mailto:info@alzheimer-siegen.de)

[www.alzheimer-siegen.de](http://www.alzheimer-siegen.de)



**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**



Alzheimer Gesellschaft  
Siegen-Wittgenstein e.V.