Gerontopsychiatrische Fachberatung für Senioren und Angehörige

Pressegespräch

am

07. April 2008 um 13.00 Uhr

Gerontopsychiatrische Fachberatung
Für Senioren und Angehörige
Fürholzer Weg 8
85375 Neufahrn
Tel. 08165 / 60 11 70 Fax 08165 / 60 11 71
E-Mail Agnes.Schranner@caritasmuenchen.de

Gerontopsychiatrische Fachberatung

Psychische Erkrankungen im Alter

In der Bevölkerung ist der Anteil älterer Menschen in den letzten Jahrzehnten kontinuierlich gestiegen und wird voraussichtlich noch weiter steigen. So nimmt auch der Anteil älterer Menschen, die unter einer psychischen Erkrankung leiden oder davon bedroht sind zu. Dies ist eine große Herausforderung für die Gerontopsychiatrie, die für alle älteren Menschen mit einer psychischen Störung zuständig ist.

Typische Probleme im Alter sind die Schwierigkeiten mit der Bewältigung des Alltags, Probleme mit der Umwelt, soziale Isolation und Zurückgezogenheit, Ängstlichkeit und Nervosität.
In vielen Fällen kann den Menschen durch Gespräch, Organisation von Hilfen und Anregung zu sozialen Kontakten geholfen werden und die Lebensqualität wieder gesteigert werden. Auch die Aufklärung über mögliche psychische Erkrankungen und die Vermittlung zu Fachärzten und Therapeuten ist von großer Wichtigkeit.

Die beiden häufigsten psychischen Erkrankungen im Alter sind Demenz und Depression. Allein in Deutschland leiden heute rund 1 Million Menschen an einer Demenzerkrankung, die meisten von ihnen an Alzheimer. Die Betroffenen leiden unter Vergesslichkeit, Konzentrations- und Reaktionsschwierigkeiten, die über normale Alterserscheinungen hinausgehen. Wichtig ist eine frühe Diagnose, um die Art der Demenzerkrankung festzustellen und so die passenden medizinischen, psychosozialen und praktischen Hilfen abzustimmen. Selbst bei einer derzeit nicht heilbaren Alzheimererkrankung gibt es inzwischen viele Möglichkeiten, den Betroffenen und Angehörigen im Umgang mit der Krankheit zu helfen.
Viele ältere Menschen leiden an einer depressiven Erkrankung, die häufig nicht erkannt wird. Oft fallen unspezifische Symptome wie Schlafstörungen, körperliche Schmerzen oder Unwohlsein auf und die niedergedrückte Stimmung wird als im Alter normal bewertet. Ist eine Depression als Ursache aber erkannt, so kann man sowohl mit medizinischen, als auch psychosozialen Maßnahmen darauf reagieren und so das Wohlbefinden der Betroffenen wieder steigern

Angebote der Caritas

Für ältere Menschen, deren psychische Gesundheit durch Einsamkeit, Verwirrtheit, Verlust von Lebensfreude, Ängste oder andere Schwierigkeiten gefährdet ist, stellt die Bewältigung des Alltags oftmals große Hürden dar. Auch Angehörige kommen öfter an die Grenzen ihrer Kräfte, wenn sie helfen wollen.
Die Gerontopsychiatrische Fachberatung des Caritas-Zentrums Freising bietet Gespräche für Betroffene und Angehörige in den Räumen der Caritas oder auch zu Hause. Sie unterstützt bei der Alltagsbewältigung, der Organisation weiterer Hilfen, dem Umgang mit der Erkrankung und bietet verschiedene Gruppen an. Ziele sind die fachliche Beratung, die Förderung psychischer Gesundheit und die Erhaltung der Lebensqualität zu Hause.
Daneben bringen die Mitarbeiterinnen des gerontopsychiatrischen Beratungsteams über Vorträge und Kurse das Thema Psychische Gesundheit im Alter in die Öffentlichkeit um - auch in Zusammenarbeit mit anderen Diensten – die Unterstützungsmöglichkeiten für die Betroffenen zu erweitern.

Seit drei Jahren gibt es
- für den Bereich Eching, Hallbergmoos und Neufahrn –
die Gerontopsychiatrische Fachberatung für Senioren und Angehörige auch in Neufahrn.

Angefangen am 1. Februar im Ligusterweg, hat die Beratungsstelle nach einer Zwischenstation am Lohweg, jetzt seit Dezember 2007 hier im Fürholzer Weg 8 eine endgültige Heimat gefunden.
Frau Agnes Schranner (Krankenschwester, Sozialpädagogikstudium) ist an drei Tagen in der Woche (Montag, Mittwoch und Donnerstag) vor Ort in den Räumen der Caritas Beratungsstelle am Fürholzer Weg 8. Jeden Donnerstag zwischen 9.00 und 12.00 Uhr gibt es eine **offene Sprechzeit,** weitere Termine sind nach Vereinbarung jederzeit möglich.

Bereits seit Mai 2005 gibt es in Neufahrn eine **Betreuungs– und Aktivierungsgruppe für Demenzkranke**. Immer Mittwochs zwischen 9.00 und 11.00 Uhr trifft sich die Gruppe unter der Leitung von Frau Schranner. Bis Dezember 2007 fand diese Gruppe immer im Evangelischen Gemeindesaal statt, seit dem Umzug trifft sich das **„Cafe Miteinander“** in den Räumen der Caritas. In entspannter Atmosphäre finden Gespräche über vergangene Zeiten und Aktuelles statt. Die gemeinsamen Aktionen wie Malen, Singen, Bewegungsübungen und vielem mehr stärken nicht nur die vorhanden Fähigkeiten, sondern zeigen uns immer wieder mit welcher Freude unsere Gäste zu den Gruppentreffen kommen

In den beiden **Gruppen für Pflegende Angehörige, -** jeweils am zweiten Mittwoch im Monat, parallel zum „Cafe Miteinander“; sowie jeden letzten Dienstag im Monat, von 19.30 bis 21.30 Uhr - bekommen Angehörige Hilfen und Tipps, wie man auf verwirrte, ältere Menschen eingehen und sich das Miteinander im Alltag erleichtern kann. Eine große Stütze ist auch der Austausch mit anderen Betroffenen.

Geplant ist außerdem ein zusätzliches Angebot. Bereits in der Fastenzeit traf sich eine Gruppe wöchentlich in der Caritas Beratungsstelle um sich bewusst Zeit für eine „**Atempause**“ aus dem Alltag zu nehmen. Ab Donnerstag, den 10. April, jeweils 14-tägig von 10.00 bis 10.30 Uhr gibt es die Möglichkeit in einer **Entspannungsgruppe** unter fachkundiger Anleitung sich Zeit für sich selbst zu nehmen und neue Kräfte zu schöpfen.

Die Gerontopsychiatrischen Fachberatung der Caritas gibt es auch in Freising und Moosburg.

Regelmäßige Termine in Neufahrn

Jeden Mittwoch, von 9.00 bis 11.00 Uhr „Cafe Miteinender“

Jeden zweiten Mittwoch im Monat parallel dazu Gruppe für Pflegende Angehörige

Jeden Donnerstag, von 9.00 bis 12.00 Uhr offene Sprechstunde

Jeden letzten Dienstag im Monat, von 19.30 bis 21.30 Gruppe für Pflegende Angehörige

14 – tägig Donnerstags, von 10.00 bis 10.30 Uhr Entspannungsgruppe,
erster Termin: 10.04.08 (weitere: 24.04. / 08.05)

Aktuelle Termine in Neufahrn

- **Mittwoch, den 9. April von 9.00 bis 11.00 Uhr „Cafe Miteinander“**

- sowie parallel dazu die **Gruppe für Pflegende Angehörige**.

.

- **Donnerstag, den 10. April, von 10.00 bis 10.30 Uhr** findet erstmals die **Entspannungsgruppe** statt. Weitere Termine : 24.04 / 08.05

- **Dienstag, den 29. April, von 19.30 bis 21.30 Gruppe für Pflegende Angehörige**

Die Termine der Gerontopychiatrischen Fachberatung finden alle in den Räumen der Caritas am Fürholzer Weg 8 in Neufahrn im 1. OG: statt.

Gerontopsychiatrische Fachberatung
in der Beratungsstelle für psychische Gesundheit
des Caritas-Zentrums Freising

Kontakt

Neufahrn
Agnes Schranner
Gerontopsychiatrische Fachberatung
Fürholzer Weg 8
85375 Neufahrn
Tel.: 08165 / 60 11 70
Fax: 08165 / 60 11 71
E-Mail: agnes.schranner@caritasmuenchen.de

Freising
Anna Pätzel
Beratungsstelle für psychische Gesundheit
Gerontopsychiatrischer Fachberatung
Bahnhofstr 20
85354 Freising
Tel.: 08161 / 5387955
Fax: 08161 / 538759
E-Mail: anna.paetzel@caritasmuenchen.de

Moosburg
Kristina Kluge
Beratungsstelle für psychische Gesundheit
Gerontopschiatrische Fachberatung
Kastulusplatz 2
85368 Moosburg
Tel.: 08761/ 8586
Fax: 08761/ 727567
E-Mail: kristina.kluge@caritasmuenchen.de