

Grüß oid werd´n miteinand´

erscheint 6x im Jahr
Ausgabe April / Mai 2024

Das Generationenbüro z´Dirling Quartiersmanagement in der Seniorenarbeit

Grüß Gott miteinand´

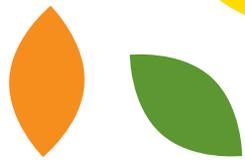
Stück für Stück wird es Frühling. Die ersten Schneeglöckchen sind schon verblüht; jetzt folgen all die anderen, farbenfrohen Frühlingsblüher. Und auch an den Bäumen werden die Knospen immer praller, und die Blüten der „Kriacherl“, der gelben bzw blauen „Mirabellen“, sind schon allerorts zu sehen und zu riechen!

Der Frühling ist der Monat der Sinne und des Duftes. Daher ist es wichtig, oft rauszugehen, und die Frühlingsluft tief einzusaugen. Zusätzlich sind die Vögel wieder überall am Zwitschern und Werkeln. Sie bauen Nester, grenzen durch ihren Gesang ihr Revier ab und erfreuen uns Menschen mit den unterschiedlichsten Tonfolgen. In keiner anderen Jahreszeit werden die eigenen Sinne so vielfältig stimuliert, wie im Frühling!

Der Frühling bietet sich an, um für das restliche Jahr Pläne zu schmieden. Sei es nun die Buchung einer schönen Urlaubsreise, das Beauftragen eines barrierefreier Zugang zum Haus, oder das „Sich-einen-Ruck-geben“, um bei der Nachbarschaftshilfe Tyrlaching/Oberbuch mitzuwirken. Für alle eure diesjährigen Frühlings-Projekte wünsche ich euch bestes Gelingen!

Eure *Bettina* (Kolbeck)





Rückschau Vortrag zur Demenz Die Einzigartigkeit des Menschen bleibt, auch nach der Diagnose

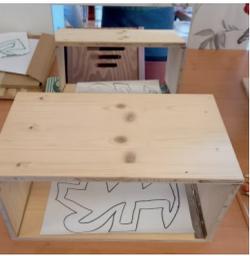


Die hohe Resonanz auf den Vortrag von Frau Hofstätter-Brauner „Das Herz wird nicht demenz“ hat mir gezeigt, dass sich wirklich viele Menschen in Tyrlaching und der näheren Umgebung über das Thema „Demenz“ informieren wollten. Mir hat die praktische Ausrichtung des Vortrags sehr gefallen. Frau Hofstätter-Brauner hat aus ihrem umfangreichen Erfahrungsschatz erzählt, was die Vielfalt des Krankheitsbildes „Demenz“ sehr

anschaulich dargestellt hat. Sie hat kurze Sequenzen mit kleinen Übungen mit den jeweiligen Sitznachbarn eingebunden, die ganz praktische „Aha-Effekte“ für den Umgang mit Demenz-Erkrankten aufgezeigt haben. Zusätzlich



konnte jeder der Gäste sich einem Test unterziehen, um festzustellen, wie schwierig es sein kann, wenn Körper und Gehirn nicht richtig koordiniert werden können. Dazu war es notwendig, über einen Spiegel mit einem Stift eine Figur nachzufahren. Dies gelang mehr oder weniger rasch. Je nachdem, wie schnell der eigene Kopf das Prinzip des Umdenkens kapierte. Der Vortrag hat auch deutlich darauf hingewiesen, dass „Demenz“



nur ein Oberbegriff für bestimmte Symptome ist. Es gibt verschiedene Arten von Demenz; jede hat ihre eigenen Ursachen. Der Vortrag hat gezeigt, wie wichtig die alltägliche Kommunikation ist.

Hierzu gibt es 11 Punkte, die die Wertschätzung und den Respekt erhalten, den wir für den erkrankten Menschen haben.

Angehörigen-Gruppe Demenz

Jeden 4. Dienstag/Monat,

14:00-16:00 Uhr,

Herzog-Arnulf-Str. 10,

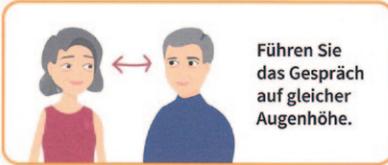
84503 Altötting

Anmeldung bei: Maria Lehner,

Tel. 08671/4883

11 Tipps zur besseren Verständigung mit Menschen mit Demenz

1



Führen Sie das Gespräch auf gleicher Augenhöhe.

Achten Sie auch auf die Gefühle, die mitschwingen.



6

2



Seien Sie freundlich und zugewandt.

Lassen Sie Zeit zum Antworten.



7

3



Verwenden Sie einfache, kurze Sätze.

Hören Sie aufmerksam zu und achten Sie auf die Körpersprache.



8

4



Sprechen Sie langsam und deutlich.

Sagen oder fragen Sie immer nur eine Sache auf einmal.



9

5



Unterstreichen Sie Ihre Worte durch Gesten und Mimik.

Stellen Sie keine „Warum, Weshalb, Wann und Wo“-Fragen.



10

Zeigen Sie Anerkennung für das, was gelungen ist und weisen Sie nicht auf Fehler hin.

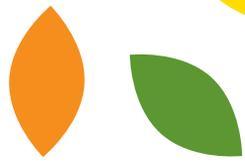


11



Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.
Selbsthilfe Demenz

www.deutsche-alzheimer.de



Taschengeldbörse z´Dirling

Jugendliche helfen in Haus, Garten und allem Digitalen

Die Taschengeldbörse z´Dirling gibt es seit Mai 2021. Seitdem erfreut sie sich zunehmender Beliebtheit.

Ihr Zweck ist es, vorrangig den älteren Menschen in unserer Gemeinde Unterstützung im Alltag zu bieten. Wenn es darum geht, dass bestimmte Arbeiten immer schwerer fallen, so können Jugendliche z.B. hierbei unterstützen:

- Vorhänge abnehmen und nach dem Waschen wieder aufhängen
- Schachteln/Kisten innerhalb des Hauses/der Wohnung verräumen
- Einfache Gartenarbeiten wie Ausgrasen, Rasen mähen, Beet-Pflege
- Unterstützung beim Frühjahrsputz, wie z.B. überall Staubsaugen
- Tiere versorgen, z.B. wenn man selbst in REHA oder Krankenhaus ist
- Kleine Einkäufe erledigen oder dabei begleiten
- Technik in Ruhe zu Hause erklären lassen, z.B. Handy/Tablet/PC

Die Jugendlichen erledigen alle einfachen Arbeiten, die ihnen altersgemäß zugetraut werden können; und so, dass die Schule und ihre Verpflichtungen immer Vorrang haben.

Ab 01.03.2024 erhalten sie für ihre Unterstützung mindestens 8,-€/Std., und das für höchstens 2 Std./Tag oder 10 Std./Woche. Was tatsächlich an Geld fließt, darüber braucht keiner der beteiligten Parteien Rechenschaft ablegen. Es interessieren lediglich die Stunden, die von den Jugendlichen aufgewendet, und von den Jobanbietern unterschrieben werden. Denn die Taschengeldbörse z´Dirling ist über die Nachbarschaftshilfe Tyrlaching/Oberbuch an den Ehrenamtsbereich des BRK Kreisverbandes angeschlossen.

Es sind sowohl weitere Jobanbieterinnen und Jobanbieter willkommen, wie auch Jugendliche, die mitmachen möchten. Bei Interesse an der Taschengeldbörse z´Dirling meldet euch bitte im Generationenbüro z´Dirling bei Bettina Kolbeck unter 0173/4284 584 oder 08623/985616.

Dirlinger Dorfflohmarkt

Tisch als „Ort des Schenkens“, am 27.04.2024, 10:00-16:00 Uhr

Das Generationenbüro stellt zum Dorfflohmarkt für **alle** Teilnehmenden einen Tisch bereit als **„Ort des Schenkens“**. Auf diesem Tisch können Gegenstände abgelegt werden, die man nicht mehr verkaufen will, die aber zu schade zum Entsorgen sind. Von dort darf auch jederzeit alles mitgenommen werden, was man für sich selbst brauchen könnte.

Allgemeine Standanmeldung bis spätestens 31. März 2024 an Isabell Schiffler unter Isabell.Schiffler@web.de

Seniorenachmittag der Gemeinde

Einladung zum Bunten Nachmittag am 21. April im Bürgersaal

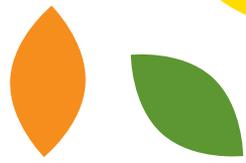
Auch dieses Jahr lädt die Gemeinde Tyrlaching in Vertretung aller Veranstalter wieder alle Bürgerinnen und Bürger ab 70 Jahren zum gemeinsamen Feiern im Bürgersaal ein.

Als Programm stehen schon einige Punkte fest:

- Musikalische Unterhaltung mit der „Karfreida-Musi“
- Sketch und lustige Einlagen vom Theaterverein Tyrlaching
- Auftritt der Kindergarde „Flamingos“ des SV Tyrlaching

Essen und Getränke für alle Anwesenden sind frei. Ein Hol- und Bringdienst zur Veranstaltung wird auf Anfrage organisiert. Veranstalter sind die Gemeinde Tyrlaching, die Pfarrei Tyrlaching/Oberbuch, das Senioren-Team Tyrlaching, der Theaterverein Tyrlaching, der Sportverein SV Tyrlaching und das Generationenbüro z' Dirling. Herzliche Einladung zum Schmunzeln und Lachen!





Nachbarschaftshilfe Tyrlaching/Oberbuch Neue Mitwirkende gesucht!

Seit dem Herbst 2019 gibt es die Nachbarschaftshilfe Tyrlaching/Oberbuch.



Alle umliegenden Gemeinden bewundern und beneiden uns darum. **Denn diese Institution ist einmalig im weiten Umkreis!**

Gerade für unsere älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger hat sich der Fahrdienst der Nachbarschaftshilfe (NBH) als wahrer Segen herausgestellt. Menschen, die nicht selbst mobil sind oder von ihren Angehörigen gefahren werden, rufen die NBH an. Die Fahrerinnen und Fahrer nehmen sich Zeit, die Mitfahrerinnen und Mitfahrer werden ggf. bei Gebrechlichkeit auch bis zur Tür z.B. vom Arzt begleitet. Das Abholen und Heimfahren erfolgt immer bis vor die eigene Haustüre! Für die Fahrt fällt lediglich eine Vergütung von 0,40€/km an, als Ausgleich der Benzinkosten.

Zusätzlich leistet die NBH auch Hilfe bei allen Arbeiten, die in Haus und Garten anfallen und nicht durch Jugendliche (siehe Taschengeldbörse) erledigt werden können. So z.B. bei:

- kleinen Elektroarbeiten, wie Glühbirnen wechseln
- Unterstützung bei allgemeinen Technik-Problemen
- Unterstützung beim Ausfüllen von Anträgen jeder Art
- Umfangreichere Gartenarbeiten, wie Hecken schneiden, wenn es finanziell schwierig ist, einen Gärtner damit zu beauftragen
- Und vieles mehr. Eben Nachbarschaftshilfe vom Feinsten! :-)

Für all diese Dienste bedarf es vieler Hände aus dem Dorf, die das alles umsetzen und durchführen. **Dazu sucht das jetzige Team neue Mitwirkende**, damit die steigende Nachfrage auch gut geschultert werden kann.

Die Zeit dafür kann man sich selbst einteilen. Und die eigenen Aktivitäten gehen natürlich weiterhin vor.

Ausbildung in der Alltagsbegleitung **Altötting, kostenfreie Helferkreis-Schulung im Mai**

An drei Samstagen im **Mai (04.05./11.05./18.05.2024)** findet in Altötting die Helfer-Schulung zur Alltagsbegleitung statt. Durchgeführt wird diese durch die Alzheimer Gesellschaft e.V. Altötting. Die Schulung ist für die Teilnehmenden kostenfrei und dauert jeweils von **09:00-16:30 Uhr**.

Der Zeitaufwand für diese Schulung ist offiziell von 40 Std. auf 30 Std., d.h. 3 Module, gekürzt worden. Der Termin für das Modul 3 wird mit den Teilnehmenden vor Ort abgesprochen.

Mit der Ausbildung als Alltagsbegleitung kann man entweder als „Ehrenamtlich tätige Einzelperson“ Menschen mit Pflegegrad vor Ort und lokal Unterstützung anbieten oder man schließt sich dem Helferkreis der Alzheimer Gesellschaft in Altötting an, und wirkt dort für Menschen mit Pflegegrad im Landkreis. Die Tätigkeit wird jeweils durch Abrechnung mit der Pflegekasse entlohnt.

Bei **Interesse** bitte **bis Ende März/spätestens 02.04.2024 anmelden** bei Maria Lehner: 08671/4883

Das Generationenbüro z' Dirling
wird gefördert von:



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



Aktivitäten - Übersicht & Hinweise

April / Mai 2024

Seniorenachmittag der Gemeinde – 21.04.2024, Bürgersaal, Kaffee/Kuchen/Brotzeit, Gaudi, Musi und Programm

Dorfflohmarkt – 27.04.2024, Dorfplatz, 10:00-16:00 Uhr; Stand vom Generationenbüro und „Ort des Schenkens“

Zuhause ist's am Schönsten! – 30.04.2024, 14:30-17:00 Uhr, Veranstaltung mit praktischen Hinweisen und Tipps für eine gute Versorgung zu Hause, auch ohne Pflegegrad. Schwerpunkt: Demenz.

Schulung Alltagsbegleitung – 04./11./18.05.2024, 09:00-16:30 Uhr, Altötting, Anmeldung bei Maria Lehner unter 08671-4883

Digital-Café – Unterstützung der Silver Surfer, 23.05.2024, 14:30-16:30 Uhr, Pfarrsaal. Bitte das eigene Gerät mitbringen.

Seniorenreise des BRK Altötting nach Mallorca – 01.10.-11.10.2024, nähere Informationen und Anmeldung bei Diana Schulze, Tel. +49 8671-5066849. Mit Begleitperson des BRK.



Altwerden ist nichts für Feiglinge! – 06.06.2024, Pfarrsaal, praxisnaher Vortrag von Margret Döbler, ab 19:30 Uhr, mit anregendem Austausch beim anschließenden Imbiss. „Open End“ ;-)

Generationenbüro z`Dirling

Dienstag 15:00-18:00 Uhr

Donnerstag 09:00-12:00 Uhr *oder nach Vereinbarung*

Schulstraße 4 , 84558 Tyrlaching

Telefon 08623-9856-16

Mobil 0173-428 4584 (Mo.-Do.)

bettina.kolbeck@tyrlaching.de

guad oia werd' n - miteinand'

Generationenbüro

z`Dirling

Mittagstisch, jeden Donnerstag

ab 12:00 Uhr gemeinsam Essen und Ratschen, Wirt z`Dirling

„Krisentelefon“ mit 24-Stunden-Hotline: 0800 / 11 10 222

Hausbesuche

Bei Bedarf bitte melden.