

# Gesprächsgruppen für pflegende Angehörige im Landkreis Mainz-Bingen und ihre Aktivitäten unter Corona-Bedingungen

Zusammengestellt von Reiner Wissel, Netzwerkkoordinator, 3-2021

## Bingen

Im Gesprächskreis treffen sich jeden ersten Montag im Monat von 14:00 bis 16:00 Uhr pflegende Angehörige unter fachlicher Begleitung in der Geriatrischen Tagesstätte Bingen, am Fruchtmarkt 6. Der Gesprächskreis bietet die Möglichkeit andere Menschen in ähnlichen Situationen kennen zu lernen, im geschützten Rahmen über die eigenen Erfahrungen und Gefühle zu sprechen, sich dadurch selbst zu entlasten und neue Kraft zu schöpfen, Informationen zu verschiedenen Themen zu erhalten, und sich selbst durch den Kontakt mit anderen einfach etwas Gutes zu tun.

Leider ruhen aktuell **Corona**-bedingt die Gruppentreffen. Verantwortlich sind die Geriatrische Tagesstätte Bingen (Tel.: 06721 40 89 722) der Rheinessen-Fachklinik Alzey und der Pflegestützpunkt Bingen/VG Rhein-Nahe (Tel.: 06721 40 89 772).



## Bodenheim

In Bodenheim wird schon seit vielen Jahren über den Pflegestützpunkt im Caritas-Zentrum, Am Reichsritterstift 3, eine Gesprächsgruppe angeboten. Die Gruppe ist offen für alle pflegenden Angehörige und alle an diesem Thema Interessierten und trifft sich jeden 1. Mittwoch im Monat von 17:00 bis 18:30 Uhr. Pflegenden Angehörigen tragen meist die Hauptlast der häuslichen Pflege. Bei dem Bemühen allen Anforderungen gerecht zu werden, geraten sie dabei schnell an ihre Grenzen und vergessen oft, dass sie auch noch ein eigenes Leben haben und nehmen sich für eigene Wünsche und Bedürfnisse keine Zeit. Durch das Treffen in diesem Kreis möchte man pflegende Angehörige dabei unterstützen, diesen Freiraum für sich zu bewahren oder wieder neu zu entdecken. Die Gruppe bietet die Möglichkeit, einfach mal Luft zu holen vom Pflegealltag und den leeren Akku im Kreis von Betroffenen wieder aufzuladen. Daneben erhalten sie wertvolle Tipps, um den Pflegealltag und den Umgang mit Menschen mit Demenz zu bewältigen.

Zur Zeit finden wegen der **Corona-Pandemie** die Gruppentreffen per Telefonkonferenz statt. Interessierte müssen sich dementsprechend anmelden.

Kontakt: Pflegestützpunkt der VG Bodenheim, Budenheim, Mommenheim, Köngernheim, Selzen, Telefon: 06135 9 33 95-47 oder 40



## Mainz

Die Gemeinnützige Gesellschaft für paritätische Sozialarbeit mbH hat seit mehreren Jahren eine Tagesklinik für Psychiatrie und Psychotherapie (TK II) mit dem Schwerpunkt dementielle Erkrankung errichtet. Ihre Zuständigkeit erstreckt sich auch auf das Gebiet des Landkreises Mainz-Bingen. Seit der Gründung im Jahr 2014 wird auch für pflegende Angehörige eine Gesprächsgruppe unter Begleitung einer Fachkraft angeboten. Die Treffen finden montags und donnerstags von 14:00 bis 15:30 Uhr statt. Die Termine finden sich auch auf der Website der GPS Mainz:

[www.gps-rps.de/standorte/mainz/allgemeinpsychiatrie-tk-i](http://www.gps-rps.de/standorte/mainz/allgemeinpsychiatrie-tk-i)

Während der **Corona-Pandemie** finden persönliche Treffen mit begrenzter Anzahl an Teilnehmer\*innen unter Einhaltung von Hygiene-Regeln statt, diese sollten im Vorfeld telefonisch erfragt werden. Eine Anmeldung unter 06131 78 96-38 oder 06131 78 96-800 erforderlich. Die Tagesklinik befindet sich in Mainz-Bretzenheim, Drechslerweg 13, 55128 Mainz.



## Nieder-Olm

Seit drei Jahren führt das Seniorenbüro der VG und das Kompetenzzentrum Nieder-Olm mit Pflegestützpunkt die Informations- und Gesprächsgruppe „Pflege zu Hause“ durch. In der offenen Gesprächsgruppen treffen sich pflegende Angehörige und Interessierte. Nach einem thematischen Impuls bleibt viel Raum zum persönlichen Austausch. Jedes Treffen hat einen anderen Schwerpunkt: Pflegeleistungen, nichtmedikamentöse Therapien, Salutogenese, Berichte von pflegenden Angehörigen, psychischen Belastungen, Verbesserungen des Wohnumfeldes, u.a. Während der **Corona-Pandemie** finden zurzeit alle Gruppentermine online (über MS Teams) statt. Zur Teilnahme bedarf es in dieser Zeit einer Anmeldung per Mail über [reiner.wissel@gfambh.com](mailto:reiner.wissel@gfambh.com). Es erfolgen immer aktuelle Informationen über das Nachrichtenblatt der VG. Für die Gruppe verantwortlich sind das Seniorenbüro Nieder-Olm, Tel.: 06136 69133, sowie das Kompetenzzentrum Nieder-Olm (GFAMBH) mit Pflegestützpunkt, Tel.: 06136 766 46 70 oder 06136 33 96 oder 06136 758 88 58.



## Ingelheim/Gau-Algesheim

Seit über 20 Jahren bietet der Pflegestützpunkt (ehemals Beratungs- und Koordinierungsstelle) in Ingelheim eine Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige an. Vor einigen Jahren wurde diese mit der Gesprächsgruppe der DMSG (Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft) zusammengelegt, da beide Gruppen im Mehrgenerationenhaus Ingelheim stattfinden und ähnliche Themen besprechen. Die Gruppe ist offen und findet ohne Anmeldung statt. Pflegenden Angehörigen soll Gelegenheit gegeben werden, über ihre Situation zu reden und einmal „etwas für sich zu tun“. In dieser Gruppe besteht die Möglichkeit „aufzutanken“, Kontakte zu knüpfen und Informationen zu erhalten – auch zu spezifischen Krankheitsbildern wie z.B. der Multiplen Sklerose oder Demenz. Die Gruppe trifft sich einmal im Monat, jeden ersten Mittwoch von 15:30 bis 17:00 Uhr, im Caritas-Altenzentrum Albertus-Stift, Schulstraße 20, 55435 Gau-Algesheim. Vierteljährlich bietet sie eine öffentliche Veranstaltung zu einem bestimmten Thema an, die sich an die breite Öffentlichkeit richtet. Seit Beginn der **Corona-Pandemie** ruht die Gruppe. Die Verantwortlichen halten telefonisch Kontakt zu den Teilnehmer\*innen. Zuständig für die Organisation der Gesprächsgruppe sind der Pflegestützpunkt Ingelheim und die DMSG; Kontakt, Tel. 06132 43 36 28 oder 06132 71 67 00.

