

# Leben, Lieben, Pflegen - Der Podcast zu Demenz und Familie

## Ein Angebot von Desideria Care e.V.

<b>Einrichtung</b>	Desideria Care e.V.
<b>Telefon</b>	+49 89 59 99 74 33
<b>E-Mail</b>	info@desideriacare.de
<b>Homepage</b>	www.desideriacare.de
<b>Ansprechpartner/in</b>	Isabelle Henn

### Angebot

„Leben, Lieben, Pflegen – Der Podcast zu Demenz und Familie“ zeigt die Perspektive der pflegenden Angehörigen und unterstützt sie emotional. Sie lernen voneinander und miteinander. Es werden verschiedene Stimmen gehört und dadurch unterschiedliche Perspektiven sichtbar gemacht.

Anja Kälin (systemischer Familien-Coach und betroffene Angehörige) und Peggy Elfmann (Bloggerin und betroffene Angehörige) sind Protagonistinnen des Podcast. Zu den verschiedenen Themen laden sie weitere (pflegende) Angehörige ein, die auf dem jeweiligen Gebiet Erfahrungen gemacht haben.

Es werden Themen angesprochen, über die sonst nicht gesprochen wird, wie beispielsweise Einsamkeit, Abschied nehmen und Scham. Ebenso ist die Selbstfürsorge der Angehörigen ein wiederkehrendes Thema sowie alltägliche Fragestellungen. Andere Betroffene sollen abgeholt werden und sehen, dass sie nicht allein mit ihren Problemen sind. Dabei können sie auch lebensnahe und einfach umzusetzende Lösungen mitnehmen und erhalten Kurztipps.

### Nutzer

Hauptzielgruppe des Podcast sind die rund 5 Mio. An- und Zugehörigen der 1,6 Millionen Menschen mit Demenz in Deutschland. Ein besonderer Fokus liegt auf den Kindern und Enkel\*innen von Menschen mit Demenz. Sie sind oft durch die Dreifachbelastung Beruf, Familie und Pflege zeitlich stark eingebunden. Einen Podcast können sie mobil, nebenher und zu einer selbstgewählten Zeit hören. Auch sollen alle angesprochen werden, die mit Menschen mit Demenz zu tun haben oder haben könnten, zum Beispiel Freund\*innen, Kolleg\*innen oder Nachbar\*innen.

### Ziel

„Leben, Lieben, Pflegen – der Podcast zu Demenz und Familie“ wendet sich gezielt an Angehörige von Menschen mit Demenz. Denn sie leisten jeden Tag Enormes in der Pflege und der Betreuung, sie sind oft körperlich und seelisch stark belastet, bekommen jedoch kaum Hilfe, Unterstützung oder Wertschätzung. Der Podcast möchte den Angehörigen eine Stimme geben, sie informieren, ihnen Mut machen, Tabuthemen ansprechen und ihnen Impulse und konkrete Tipps zur Selbstfürsorge und Selbsthilfe geben. Ziel ist auch, die Gesellschaft für das Thema Demenz zu sensibilisieren und pflegende Angehörige aus ihrer Einsamkeit zu holen.

### Was ist besonders innovativ / Was hier besonders gut gelingt

„Leben, Lieben, Pflegen“ ist der einzige Podcast von Angehörigen für Angehörige im deutschsprachigen Raum. Er gibt Angehörigen eine Stimme und schafft eine Plattform für Austausch über häufig tabuisierte und stigmatisierte Themen.

Über den Podcast erhalten die Hörer\*innen Zusatzmaterialien wie Worksheets und andere Downloads sowie Zugang zu Gruppen und Netzwerken im Demenzbereich rund um Desideria Care e.V. und den Blog „Alzheimer und wir“.