



Koordinationsstelle
Pflege und Wohnen

Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit, Pflege und Prävention



Die Koordinationsstelle Pflege und Wohnen wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit, Pflege und Prävention finanziert.

Steckbriefe der guten Ideen

„Leben. Lieben. Pflegen.“

Der Desideria Podcast zu Demenz und Familie

Stadt/(Markt-)Gemeinde:	München, Krfr. St.
Landkreis:	
Regierungsbezirk:	
Einwohner/innen:	
Telefon:	089/59997433
E-Mail:	podcast@desideria.org
Homepage:	www.desideria.org
Ansprechperson:	Peggy Elfmann



Projektbeschreibung

Der Podcast „Leben. Lieben. Pflegen.“ ist der Desideria Podcast zu Demenz und Familie. Er bietet Orientierung, Entlastung und Impulse für ein gutes Leben mit Demenz – lebensnah, persönlich und fundiert. Podcast-Host Peggy Elfmann weiß aus eigener Erfahrung, was es bedeutet, einen Menschen mit Demenz in der Familie zu begleiten. Im Podcast spricht sie mit Angehörigen, Menschen mit Demenz und Fachleuten über die vielen Fragen, Herausforderungen und Gefühle, die eine Demenzerkrankung für die ganze Familie mit sich bringt.

Dabei greift der Podcast sowohl persönliche als auch medizinische und gesellschaftliche Themen auf. Die Bandbreite reicht von Schlaf und Demenz und neuen Behandlungsmöglichkeiten über die besondere Situation von Young Carern bis hin zu emotionalen Fragen wie Loslassen, ohne aufzugeben. „Leben. Lieben. Pflegen.“ spricht offen über Themen, über die im Alltag häufig wenig gesprochen wird: Überforderung, Einsamkeit, Schuldgefühle, Abschied oder Scham. Gleichzeitig geht es um Selbstfürsorge, hilfreiches Wissen, neue Perspektiven und konkrete Strategien für den Alltag mit Demenz.

Der Podcast möchte Angehörige stärken und ihnen zeigen: Sie sind mit ihren Fragen, Sorgen und Gefühlen nicht allein. Persönliche Erfahrungen, fachliche Einordnung und praktische Impulse geben Orientierung und können dabei helfen, eigene Wege im Umgang mit Demenz zu finden.

Zielgruppe

An- und Zugehörige – insbesondere auch Kinder und Enkelkinder – von Menschen mit Demenz sowie weitere (Bezugs-)Personen, wie Freundinnen und Freunde, Kolleginnen und Kollegen oder Nachbarinnen und Nachbarn.

Ziel

„Leben. Lieben. Pflegen“ richtet sich gezielt an Angehörige von Menschen mit Demenz. Sie leisten tagtäglich Enormes in der Pflege und Betreuung, sind oft körperlich und seelisch stark belastet – erhalten jedoch nur wenig Hilfe, Unterstützung oder Wertschätzung. Der Podcast möchte diesen Angehörigen eine Stimme geben, sie informieren, ermutigen, Tabuthemen ansprechen und ihnen Impulse sowie konkrete Tipps zur Selbstfürsorge und Selbsthilfe geben.

Ein weiteres Ziel ist es, die Gesellschaft für das Thema Demenz zu sensibilisieren und pflegende Angehörige aus der Isolation und Einsamkeit herauszuholen.

Was gelingt besonders gut?

„Leben. Lieben. Pflegen.“ verbindet persönliche Erfahrungen mit fundiertem Wissen und konkreter Unterstützung für den Alltag mit Demenz. Angehörige und Menschen mit Demenz kommen ebenso zu Wort wie Fachleute. Dadurch entstehen Gespräche auf Augenhöhe, die unterschiedliche Perspektiven sichtbar machen und Orientierung geben.

Besonders gut gelingt es dem Podcast, auch schwierigen und häufig tabuisierten Themen Raum zu geben. Persönliche Erfahrungen werden offen geteilt, Gefühle dürfen ausgesprochen und Herausforderungen ehrlich benannt werden. Das vermittelt Angehörigen das Gefühl: Ich bin mit dem, was ich erlebe, nicht allein.

Gleichzeitig bleibt es nicht beim Gespräch. Die Hörerinnen und Hörer erhalten konkrete Impulse, praktische Tipps und weiterführende Informationen. Je nach Thema ergänzen Worksheets und Downloads einzelne Folgen. Darüber hinaus schafft der Podcast Verbindungen zu weiteren Angeboten, Gruppen und Netzwerken von Desideria Care.

Damit ist der Podcast nicht nur ein Informationsangebot, sondern auch Türöffner in eine Community, in der Angehörige Orientierung, Austausch und Unterstützung finden können.

Förderung und Finanzierung

Die Finanzierung des Podcasts erfolgt überwiegend durch Spenden sowie ergänzend durch einzelne Förderungen von Stiftungen, beispielsweise durch SZ Gute Werke e.V. Seit dem vergangenen Jahr wird zudem versucht, weitere Einnahmen durch Sponsoring zu erzielen.

