



Zugänge  
finden

# Podcasts für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz



Regionalbüros  
**Alter, Pflege und Demenz**

Eine gemeinsame Initiative zur Strukturentwicklung der  
Landesregierung und der Träger der Pflegeversicherung NRW

REGIONALBÜRO RUHR

Entdeckungen des Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz Ruhr (\*alle Podcasts sind über Desktop kostenlos hörbar):



### **1. Leben, Lieben, Pflegen – Der Podcast zu Demenz und Familie**

Die Moderatorinnen Anja Kälin (systemische Familienberaterin) und Peggy Elfmann (Journalistin) berichten von ihren ganz persönlichen Erfahrungen als pflegende Angehörige und geben dazu noch hilfreiche Tipps für den Alltag und den Umgang mit einer demenziellen Veränderung.



### **2. #Übers Alter reden**

In dem Podcast spricht Dr. Bettina Ugolini, Psychologin, u. A. über ihre Erfahrungen als psychologische Beraterin für pflegende Angehörige und Menschen mit Pflegebedarf. Dr. Bettina Ugolini ist Leiterin der Züricher Beratungsstelle „Leben im Alter“.

### **3. Der Demenzpodcast**

Der Podcast des Medhochzwei Verlages und der Deutschen Alzheimer Gesellschaft widmet sich ganz unterschiedlichen Themen Rund um die Diagnose „Demenz“. Beispielsweise sprechen die Moderator\*innen über Fremd- und Selbstbestimmung oder aber Kunst und Demenz.

### **4. Hirn & Heinrich**

In diesem sehr informativen Podcast des DZNE, der von der bekannten Radiomoderatorin Christiane Heinrich



moderiert wird, geht es um neurodegenerative Erkrankungen. Dort werden beispielsweise mögliche Ursachen der Alzheimererkrankung diskutiert, aber auch Betroffene selbst interviewt.

Hier können Sie weitere Unterstützung suchen:

Pflegeberatungsstellen finden Sie unter

[www.pflegewegweiser-nrw.de](http://www.pflegewegweiser-nrw.de)

Ansprechpartner finden Sie auch über die Deutsche Alzheimer Gesellschaft

[www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de)

Dort wird auch ein Beratungstelefon angeboten:

030 - 259 37 95 14

Sie können sich auch online beraten lassen:

[www.pflegen-leben.de](http://www.pflegen-leben.de)

## Wer hilft mir weiter?

Regionalbüro Alter Pflege und Demenz Ruhr

Westring 25  
44787 Bochum

[ruhr@rb-apd.de](mailto:ruhr@rb-apd.de)  
[www.alter-pflege-demenz-nrw.de](http://www.alter-pflege-demenz-nrw.de)

0234 79631513

Gefördert von:

Ministerium für Arbeit,  
Gesundheit und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESVERBÄNDE  
DER PFLEGEKASSEN

**PKV**  
Verband der Privaten  
Krankenversicherung