

# Pressemitteilung

29.09.2023

Fachstelle für Demenz und Pflege  
Oberfranken  
Berliner Platz 3  
95030 Hof  
09281 / 57 500  
info@demenz-pflege-oberfranken.de

## Gut begleiten bei Demenz – Perspektiven einer Tochter Online-Dialogforum für pflegende Angehörige und Interessierte

Am Dienstag, 7. November 2023 bietet die Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken die Möglichkeit, von 18.00 bis 20.00 Uhr kostenfrei einer Online-Lesung der Demenz-Bloggerin Peggy Elfmann zu verfolgen und anschließend mit ihr in den Austausch zu kommen. Teilnehmen können pflegende Angehörige, aber auch professionell Pflegende, Ehrenamtliche und alle weiteren Interessierten.

Wer einen Menschen mit Demenz begleitet und umsorgt, erlebt auch schwierige Momente, fühlt sich häufig überfordert und unsicher. Wie kann man mit der Situation besser umgehen? Wie findet man seine Rolle und seinen Weg, gerade, wenn da noch andere Aufgaben sind, wie der Beruf und Kinder? Was tun mit dem schlechten Gewissen? Wie kann man helfen, wenn man nicht in der Nähe wohnt? Warum ist Selbstfürsorge so wichtig - und wie kann sie gelingen?

Darüber schreibt die Journalistin und Angehörige Peggy Elfmann auf ihrem Blog [www.alzheimerundwir.com](http://www.alzheimerundwir.com) und in ihren Büchern („Mamas Alzheimer und wir“, „Demenz: verstehen und achtsam begleiten“). Im Vortrag wird sie von ihren Erfahrungen vorlesen, berichten und gibt Impulse für andere Angehörige.

Die Anmeldung ist möglich per E-Mail an [info@demenz-pflege-oberfranken.de](mailto:info@demenz-pflege-oberfranken.de) und telefonisch bei der Mitarbeiterin der Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken Ute Hopperdietzel unter 09281 / 57 500.



Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege sowie durch die Arbeitsgemeinschaft der Pflegekassenverbände in Bayern und durch die Private Pflegepflichtversicherung gefördert.

Anlagen (alle Rechte bei Peggy Elfmann, mit ihrer Erlaubnis zur Veröffentlichung):

- Portrait Peggy Elfmann
- Peggy Elfmann und ihre Mutter
- Buchcover

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege sowie durch die Arbeitsgemeinschaft der Pflegekassenverbände in Bayern und durch die Private Pflegeversicherung gefördert.