

## Help-Line Bremen

### Telefonische Hilfe für pflegende Angehörige von Menschen mit Alzheimer und Demenz

Die Help-Line ist ein Telefon für pflegende Angehörige und ältere Menschen. Hier können Sie – auf Wunsch auch anonym – über belastende Situationen sprechen. Vielleicht brauchen Sie auch nur mal jemanden, mit dem Sie sich austauschen können. Auf Wunsch begleitet die Help-Line Sie durch regelmäßige Telefonate.

**Telefon: 0421 98 99 52 80**

Montag – Donnerstag 14.00 – 17.00 Uhr

Freitag 10.00 – 13.00 Uhr

Unser Angebot der Beratung und Begleitung ist kostenlos. Es entstehen Ihnen außer den normalen Telefongebühren keine weiteren Kosten.

#### **Wir sind Gesprächspartner für pflegende Angehörige**

Die Betreuung und Pflege von Angehörigen ist eine große Herausforderung. Neben den vielfältigen Gefühlen, die dabei entstehen können, wie zum Beispiel Trauer, Wut, Angst und Mitgefühl, sind es auch meist die ganz einfachen Alltagsprobleme, die pflegende Angehörige in der Situation belasten. Da braucht man jemandem, der einem nicht nur „gute Ratschläge“ gibt, sondern der einem zuhört, einen bestätigt und mit dem man gemeinsam praktikable Lösungen finden kann.

#### **Wir sind Gesprächspartner für Angehörige von Menschen mit Demenz**

Besonders eine Erkrankung wie Demenz stellt Familien vor große Aufgaben. Der geliebte Mensch verändert sich. Und egal, ob es der Vater, die Mutter, der Lebenspartner oder die Freundin ist, stellt sich für viele Angehörige die Frage, wie gehe ich mit den Veränderungen um? Wie kann ich das Beste für den Erkrankten tun und gleichzeitig auch gut für mich sorgen? Auch hier ist die Help-Line begleitend und unterstützend für Sie da.

#### **Wir sind Gesprächspartner für ältere Menschen**

„Alt werden ist nichts für Feiglinge.“ Dieses Zitat wird Mae West oder auch Bette Davis zugeschrieben. Älter zu werden kann etwas sehr Schönes sein und bedeutet nicht per se eine schwierige Lebenssituation. Aber manchmal wünscht man sich vielleicht jemanden, mit dem man regelmäßig klönen kann, der einen fragt „Wie geht es Ihnen heute“ und der einem Tipps geben kann, wo es in Bremen Angebote für ältere Menschen gibt.

#### **Wir engagieren uns ehrenamtlich**

Die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen der Help-Line engagieren sich ehrenamtlich unter dem Dach des Vereins DIKS – Demenz Informations- und Koordinationsstelle ([www.diks-bremen.de](http://www.diks-bremen.de)).

Wenn Sie sich auch ehrenamtlich bei der Help-Line engagieren möchten, wenden Sie sich bitte an die DIKS, Tel.: (0421) 98 99 52 97

**? auf die Merkliste**

**Telefon:**

0421 98 99 52 80

**E-Mail-Adresse:**

[info@helpline-bremen.de](mailto:info@helpline-bremen.de)

**Internetadresse:**

[www.helpline-bremen.de](http://www.helpline-bremen.de)