

» *Ich kann meine Mutter keine Minute alleine lassen. Manchmal muss ich sie einsperren, damit ich kurz etwas erledigen kann.*«



Antonia.2

» *Ich pflege meine Frau rund um die Uhr. Trotzdem nörgelt sie ständig an mir rum. Manchmal könnte ich sie dafür...*«

Vertrauliche und neutrale Hilfe und/oder Unterstützung erhalten Sie bei...

☎ **Krisendienst Schwaben**

täglich 24 Stunden, anonym und kostenfrei
☎ 0800 / 655 3000

☎ **Pflegestützpunkt Oberallgäu**

Landratsamt Oberallgäu
🏠 Oberallgäuer Platz 2, 87527 Sonthofen
☎ 08321 / 612 - 996
✉ pflegestuetzpunkt@lra-oa.bayern.de

☎ **Seniorenberatungsstelle Landratsamt Oberallgäu**

🏠 Oberallgäuer Platz 2, 87527 Sonthofen
☎ 08321 / 612 - 154 und - 153
✉ seniorenamt@lra-oa.bayern.de

☎ **Fachstelle für pflegende Angehörige**

Caritasverband Kempten-Oberallgäu e.V.

Oberallgäu

🏠 Martin-Luther-Straße 10b, 87527 Sonthofen
☎ 08321 / 66 01 - 22

Kempten

🏠 Adenauerring 39, Margaretha- u. Josephinen Stift
☎ 0831 / 697 207 - 68
✉ barbara.guranti@caritas-oa.de

☎ **Beratungszentrum Pflege und Demenz der Stadt Kempten (Allgäu)**

🏠 Gerberstraße 2, 87435 Kempten (Allgäu)
☎ 0831 / 25 25 - 55 60
✉ bzpd@kempten.de

⚠ **Sie haben ein Anrecht auf Pflegeberatung bei Ihrer Pflegekasse (Krankenkasse).**



Wenn der Kessel überkocht...

Pflege und Betreuung – Spagat zwischen Fürsorge und Überforderung

„Sie stellt immer die gleichen Fragen, das kann einen in den Wahnsinn treiben!“



Antonia R.

„Er wollte partout nicht trinken. Da habe ich ihm das Wasser einfach ins Gesicht geschüttet.“

Gewalt kommt in verschiedenen Formen und Ebenen vor.

Durch eine Handlung oder das Unterlassen einer solchen kann Personen Schaden oder Leid zugefügt werden. Dies kann körperlich, psychisch oder finanziell sein.

Beispiele für Gewalt sind:

- Respektlos verhalten: schimpfen, anschreien, bloßstellen, beleidigen, ignorieren
- Bevormunden: zum Essen zwingen, gegen den Willen über Alltag oder Ausgaben entscheiden
- Hilfe vorenthalten: Bedürfnisse oder Schmerzen nicht ernst nehmen, zu wenig unterstützen
- Schmerzen zufügen: absichtliche zu schnell, zu ruckartig oder zu grob anfassen, zu heiß oder zu kalt waschen, schlagen und treten
- Freiheit einschränken: einschließen, festbinden, mit Medikamenten ruhigstellen

Gewalt geschieht nicht immer böswillig, sondern auch aus Unachtsamkeit, Zeitmangel, Überforderung oder weil Unterstützung fehlt.

Es kann zu Missverständnissen, Spannungen und Übergriffen kommen.

Die Anfänge von Gewalt sind meist schwer erkennbar. **Und alle Beteiligten können sowohl Opfer als auch Täter sein!**

Pflege und Betreuung können überfordern, wenn...

- alles zu viel wird
- man alleine ist
- man nicht miteinander spricht
- die Beteiligten nicht gleich stark sind
- sich die Rollen umkehren (Eltern-Kinder)
- es personelle und finanzielle Engpässe gibt
- eine Person so unter Druck gerät, dass sie „ausrastet“
- Hilfebedürftigkeit als Druckmittel gegenüber den Pflegenden benutzt wird
- ...

Zeig Mut – tu was!

- Ich sehe hin / höre hin
- Ich rede darüber
- Ich hole Hilfe
- Ich lass mich beraten

Kempton^{Allgäu}

Beratungszentrum
Pflege und Demenz
Kempton (Allgäu)

Bezirk
Schwaben

caritas

AOK

FACHSTELLE FÜR
DEMENTZ UND PFLEGE
Schwaben

Pflegestützpunkt
Landkreis Oberallgäu
Pflegeberatung
und -koordination