



## Hand in Hand den Pflegealltag meistern

Der „miteinander leben“-Blog ist da!



Mitte Februar war es so weit: Wir veröffentlichten unseren ersten Blog, der sich an pflegende Angehörige von demenziell erkrankten Menschen richtet. Er soll zum einen ein hilfreicher Ratgeber rund um die häusliche Pflege werden, zum anderen neue Ideen, praktische Tipps und wertvolle Impulse für den Umgang mit Demenzkranken geben. Der Blog wird in drei Bereiche unterteilt: Leben mit Demenz, Häusliche Pflege und Selbstbestimmung. Eva-Maria Popp, unsere Bloggerin, nimmt die Leser mit auf eine spannende Reise durch die scheinbar unsichtbare Welt des Phänomens Demenz. Ihr Ziel ist es, Betroffene auf ihrem Weg zu einem lebenswerten und selbstbestimmten Leben mit der Demenz zu begleiten. Mit dem Blog gibt sie den Angehörigen viele neue Ideen, gute Gedanken und vor allem praktische Tipps, damit sie die Herausforderungen, die das Thema Demenz in die Familie bringt, leichter schultern können. „Demenz ist nicht heilbar, das wissen wir alle, aber den selbstbestimmten Umgang mit diesem Phänomen unserer Zeit, den können wir erlernen“, so Eva-Maria Popp in ihrem ersten Beitrag.



Eva-Maria Popp ist Diplom-Pädagogin (Univ.) und hat zusätzlich Kommunikation und Theologie studiert. Sie begleitet seit vielen Jahren Familien, Verbände und Unternehmen im Bereich Kommunikation, Strategie und Organisation. Auf Grund ihrer eigenen Erfahrungen als berufstätige Mutter und zugleich pflegende Angehörige hat sie sich als eine der ersten Sozialwissenschaftlerinnen in Deutschland dem Thema der Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf gewidmet. Es sind zahlreiche Bücher von ihr erschienen und sie publiziert dieses Thema in diversen Print- und Online-Medien sowie in Funk und Fernsehen. Ihr aktuelles Buch „Pflege und Beruf unter einen Hut bringen“ ist zugleich unser erstes „miteinander leben“-Buch.



Eva-Maria Popp

Rechtzeitig zur Buchmesse Mitte März ist es erschienen. Dort gab es auch eine Buchlesung der Autorin mit begeisterten Zuhörern. Das Buch ist als „Wanderführer“ für Familien gedacht, die sich in der Schicksalslandschaft Demenz zurechtfinden müssen. Es hilft den pflegenden Angehörigen dabei, dieses Schicksal anzunehmen, und vor allem zeigt es ihnen, wie sie damit leben können, ohne sich darin zu verlieren. Die Leser lernen die emotionalen Zusammenhänge in Familiensystemen kennen, die von Demenz betroffen sind. Sie begreifen dadurch sowohl die Denk- und Verhaltensmuster des demenziell erkrankten Menschen als auch ihre eigenen. Das Buch gibt viele Impulse und praktische Tipps: vom modernen Zeitmanagement als pflegende Angehörige bis hin zu innovativen Hilfsmitteln und Materialien. So wird es zur praktischen Lebenshilfe, zum wertvollen Ratgeber, aber vor allem zum Impulsgeber und Mutmacher für pflegende Angehörige auf dem individuellen Weg zu einem selbstbestimmten Umgang mit dem Phänomen Demenz in all seinen Facetten. Es eignet sich auch für Pflegefachkräfte, Betreuer und Helfer, um ein Verständnis für pflegende Angehörige aufzubauen.

Der Blog und das Buch sind jedoch auch für nicht Betroffene interessant. Die vielen wertvollen Impulse rund um Zeitmanagement, Stressbewältigung, Überwindung von Krisen und negativen Ereignissen können auch in anderen Lebenssituationen hilfreich sein. Schauen Sie doch mal rein!



[www.miteinander-leben.de](http://www.miteinander-leben.de)  
<http://blog.miteinander-leben.de>  
 Ich freue mich über Ihre Meinung und Anregungen:  
[kathrin\\_pfeifer@wehrfritz.de](mailto:kathrin_pfeifer@wehrfritz.de) oder Tel. 09564 929-9878.