



**Ответственный редактор
издания:**

Herausgeber:

**ДИКС (DIKS) – Бюро
информации и координации
по вопросам деменции**

**DIKS - Demenz Informations- und
Koordinationsstelle**

Tanja Meier
Auf den Häfen 30-32
28203 Bremen
E-mail: diks@sozialag.de
Internet: www.sozialag.de

**Отдел здравоохранения
Бремена**

Социально-медицинская
служба для взрослых
Миграция и здоровье

Gesundheitsamt Bremen

Sozialmedizinischer Dienst für
Erwachsene
Migration und Gesundheit

Eckhard Lotze
Horner Str. 60 –70
28203 Bremen
E-mail:
migration@gesundheitsamt.bremen.de
Internet:
www.gesundheitsamt-bremen.de



Содержание:

В этой брошюре вы получите следующую информацию:


- | | |
|---|----|
| 1. Что такое деменция? | 6 |
| 2. Как проявляется деменция? | 8 |
| 3. Что я могу делать, если я замечу такие симптомы у члена семьи или у знакомого? | 10 |
| 4. Диагноз деменция – где я найду поддержку? | 12 |
| 5. Что вы можете делать? Отдельные меры в обобщенном виде. | 16 |
| 6. Контактные адреса | 17 |

Inhalt:

In dieser Broschüre bekommen Sie folgende Informationen:

- | | |
|---|----|
| 1. Was ist eine Demenz? | 7 |
| 2. Wie zeigt sich eine Demenz? | 9 |
| 3. Was kann ich tun, wenn ich solche Anzeichen bei einem Familienmitglied oder Bekannten bemerke? | 11 |
| 4. Diagnose Demenz – Wo finde ich Unterstützung? | 14 |
| 5. Was können Sie tun? – Die einzelnen Schritte in der Zusammenfassung | 16 |
| 6. Kontaktadressen in Bremen | 18 |





В этой брошюре вы получите информацию о болезни «Альцгеймер» и других формах деменции. Мы дадим совет, что вам делать, если ваш родственник страдает деменцией.

Болезнь Альцгеймера является формой заболевания деменции. Существует несколько различных форм деменции. Деменция – это общий термин для обозначения всех этих заболеваний.

Диагноз деменция изменяет жизнь и самого больного, и его семьи.

Люди, больные деменцией, становятся в течение болезни зависимыми от семьи или от других людей.

Деменция очень часто является запретной темой, о которой неохотно говорят. Хотя именно беседы помогают обнаружить и понять болезнь. В обмене своими впечатлениями об уходе за больным с другими людьми, можно узнать, какая помощь предлагается.

Поэтому не держите свои проблемы при себе.

In dieser Broschüre erhalten Sie Informationen über die Krankheit „Alzheimer“ und andere Formen der Demenz. Wir zeigen, was Sie als Angehöriger tun können, wenn ein nahestehender Mensch von dieser Krankheit betroffen ist.

Die „Alzheimer-Erkrankung“ ist eine Form der demenziellen Erkrankungen. Es gibt mehrere unterschiedliche demenzielle Erkrankungen. Zusammengefasst werden sie unter dem Begriff „Demenz“.

Wenn ein Mensch demenzkrank wird, ändert sich sein ganzes Leben und auch das seiner Familie.

Menschen mit Demenz sind im Laufe der Krankheit auf Hilfen von ihrer Familie oder von anderen Menschen angewiesen.

Demenz ist häufig noch ein Tabuthema, über das man nur ungern spricht. Dabei helfen Gespräche, die Krankheit zu erkennen und zu verstehen. Im Austausch mit anderen erfährt man, welche Unterstützungsangebote es gibt.

Darum schweigen Sie nicht.

1. Что такое деменция?

Существуют различные формы деменции. Наиболее распространенные формы деменции – болезнь Альцгеймера и сосудистая деменция.

Болезнь Альцгеймера – самая распространенная форма деменции.¹ Примерно 2 из 3 больных деменцией страдают болезнью Альцгеймера. Начало болезни протекает чаще всего незаметно как для самих больных, так и для их близких. Только после определенного времени, иногда после нескольких лет, бросается в глаза, что что-то не так. При этой болезни происходит постепенное разрушение нервных клеток головного мозга. Это необратимый процесс.

При сосудистой деменции поражение сосудов головного мозга является причиной отмирания нервных клеток. Поражение сосудов может возникнуть в результате инсульта. В основном, в таких случаях существует четко определенный момент, когда больной утрачивает определенные способности.

В Германии в настоящее время страдает деменцией 1,2 млн. ч.² Каждый год заболевает еще примерно 200.000 человек. В следующие годы количество пациентов, страдающих деменцией, значительно увеличится.

Риск возникновения деменции не зависит

- от страны происхождения
- от культуры
- от уровня образования

Появления болезни деменция не должно вызывать чувство стыда и вины. Никто от этого не застрахован

¹ Walleesch, C.-W. & Förstl, H. (Hrsg): Demenzen. Thieme Verlag, 2005

² Bickel, Dr. H.; Deutsche Alzheimer Gesellschaft, Infoblatt: Das Wichtigste 1, Die Epidemiologie der Demenz, 2002

1. Was ist eine Demenz?

Es gibt verschiedene Formen der Demenz. Die zwei häufigsten sind die Demenz vom Alzheimer-Typ und die vaskulären (gefäßbedingten) Demenzen.

Die Demenz vom Alzheimer-Typ bildet die größte Gruppe der Demenzen.³

Etwa zwei von drei Menschen, die an Demenz erkranken, sind davon betroffen. Meistens ist der Beginn für die Betroffenen und die Angehörigen schleichend. Erst nach einiger Zeit – manchmal erst nach Jahren – fällt auf, dass etwas nicht stimmt. Bei der Krankheit kommt es zu einem stetig voranschreitenden Abbau von Nervenzellen im Gehirn. Dieser ist bisher nicht aufzuhalten.

Bei den vaskulären Demenzen sind Gefäßschädigungen die Ursache für den Untergang der Nervenzellen. Diese Schädigungen können z.B. durch Schlaganfälle entstehen. Hier gibt es meist einen klar definierten Zeitpunkt, ab dem der Betroffene bestimmte Fähigkeiten nicht mehr ausüben kann.

Insgesamt leiden in Deutschland zur Zeit ca. 1,2 Mio. Menschen⁴ an Demenz. Jedes Jahr kommen ungefähr 200.000 Neuerkrankungen hinzu. In den nächsten Jahren

wird es zu einem enormen Zuwachs der demenziellen Erkrankungen in der Bevölkerung kommen.

Das Risiko, an einer Demenz zu erkranken, ist relativ unabhängig

- vom Herkunftsland,
- von der Kultur und
- dem Bildungsstand.

Das Auftreten einer Demenzerkrankung sollte nicht zu Scham- oder Schuldgefühlen führen. Die Krankheit Demenz kann jeden Menschen treffen.

³ Wallesch, C.-W. & Förstl, H. (Hrsg): Demenzen. Thieme Verlag, 2005

⁴ Bickel, Dr. H.; Deutsche Alzheimer Gesellschaft, Infoblatt: Das Wichtigste 1, Die Epidemiologie der Demenz, 2002

2. Как проявляется деменция?

Первые симптомы болезни Альцгеймера проявляются примерно в возрасте 65 лет. Типичный симптом болезни – это забывчивость.

Примеры: Больные забывают о назначенных встречах, датах, сроках, связанных с достигнутой по какому-либо вопросу договоренностью, внезапно забывают, что они хотели купить в магазине или перестают говорить посреди предложения, потому что уже забыли, что они хотели сказать.

Такие провалы в памяти могут быть первыми признаками деменции. Подобные признаки встречаются при других заболеваниях или нарушениях. Именно поэтому очень важно, чтобы врач поставил точный диагноз.

При заболевании деменции помимо нарушения памяти происходят также снижение умственных способностей и интеллекта, языковые нарушения и выпадение ориентации на местности, во времени, и в собственной личности.

Примеры: Больным все сложнее становится:

- Подбирать подходящие слова
- Ориентироваться в своем окружении (пространственная ориентация)
- Помнить текущий день недели и месяца (ориентация во времени)
- Также такие элементарные вещи как завязать шнурки, пользование приборами бытовой техники или как процесс одевания становятся для больных проблемой.

Перепады настроения у больных - сопутствующее явление деменции. Больные внезапно становятся депрессивными или агрессивными. Родственники часто испуганы и говорят: «Таким я своего отца или мать не знаю!»

2. Wie zeigt sich eine Demenz?

Bei der Alzheimer Krankheit zeigen sich die ersten Anzeichen meist in einem Alter von etwa 65 Jahren. Ein typisches erstes Anzeichen ist die Vergesslichkeit.

Beispiele: Die Betroffenen vergessen Termine, erinnern sich im Supermarkt plötzlich nicht mehr, was sie einkaufen wollten oder stocken mitten im Satz, weil sie nicht mehr wissen, was sie sagen wollten.

Solch kleinere Gedächtnislücken können erste Hinweise auf eine Demenz sein. Aber auch andere Erkrankungen oder Störungen können ähnliche Anzeichen haben. Deshalb ist eine genaue diagnostische Abklärung durch einen Arzt wichtig.


Bei einer demenziellen Erkrankung kommen neben den Gedächtnisstörungen noch Einschränkungen des Denk- und Urteilsvermögens, Störungen der Sprache und der Orientierung (zum Ort, zur Zeit, zur Person) hinzu.

Beispiele:

Die Betroffenen haben z. B. zunehmend Schwierigkeiten,

- die passenden Wörter zu finden (Wortfindungsstörungen),
- sich in ihrer Umgebung zurecht zu finden (räumliche Orientierung),
- sich den aktuellen Wochentag oder Monat zu merken (zeitliche Orientierung).
- Auch alltägliche Dinge wie Schuhe zubinden, Bedienung von Küchengeräten oder das richtige Ankleiden werden für die Betroffenen immer schwieriger.

Häufige Begleiterscheinungen sind unerklärliche Stimmungsschwankungen der Betroffenen. Sie können plötzlich depressive oder auch aggressive Verhaltensweisen zeigen. Angehörige sind dann oft erschrocken und sagen: "So kenne ich meinen Vater/ meine Mutter gar nicht!"



3. Что делать если я заметил(а) такие симптомы у члена моей семьи или знакомого?

То, что люди с возрастом становятся забывчивыми - вполне нормальное явление. Забываются даты, имена, запланированные встречи. Однако, симптомы при деменции значительно отличаются от симптомов, связанных со старостью.


Ранняя диагностика позволит определить наличие болезни.

Семейный врач может провести первые небольшие обследования и анализы, которые позволят исключить другие заболевания или нарушения.

Наряду с анализами, наблюдения родных являются важной информацией для врача.

Близкие родственники могут лучше всех сказать, наблюдаются ли помимо нарушений памяти еще какие-то другие изменения. К этому относятся проблемы с ориентацией, нарушение ритма

дня и ночи, перепады настроения, беспокойное состояние. Если у врача возникнет подозрение на деменцию, он даст направление к врачу-специалисту для более точной диагностики. Врач-специалист (невропатолог или психиатр) проведет дальнейшие обследования и анализы.



3. Was kann ich tun, wenn ich solche Anzeichen bei einem Familienmitglied oder Bekannten bemerke?

Wenn Menschen älter werden, ist es ganz normal, dass sie mal etwas vergessen. Man vergisst einen Termin oder kann sich an einen Namen nicht erinnern. Demenzielle Erkrankungen unterscheiden sich aber deutlich von normalen Alterserscheinungen.

Eine frühzeitige ärztliche Untersuchung gibt Ihnen Gewissheit, ob eine Erkrankung vorliegt.

Der Hausarzt kann in seiner Praxis erste kleinere Untersuchungen und Tests durchführen, um andere Erkrankungen oder Störungen auszuschließen.

Neben den Tests sind die Beobachtungen von Angehörigen wichtige Informationen für den Hausarzt.

Nahe Familienmitglieder können am besten beschreiben, ob neben Gedächtnisstörungen auch andere Veränderungen zu beobachten sind. Dazu können Orientierungsschwierigkeiten, Störungen des Tag-Nacht-Rhythmus, Stimmungs-

schwankungen, Unruhezustände und ähnliches gezählt werden. Wenn der Hausarzt Hinweise auf eine demenzielle Erkrankung findet, werden Sie mit dem Betroffenen zu einer genaueren Diagnostik an einen Facharzt überwiesen. Der Facharzt (Neurologe oder Psychiater) führt dann weitere Untersuchungen und Tests durch.

4. Диагноз Деменция – где я найду поддержку?

Врач поставил диагноз деменция. Сейчас важно узнать о проявлении болезни, о протекании болезни и о возможной помощи и поддержке.

Медикаментозное лечение замедляет прогрессирование болезни, а также может облегчить такие сопутствующие явления, как депрессия или агрессия. Поговорите по этому поводу со своим семейным врачом или с врачом-специалистом.

В начале болезни семья может во многом помочь больному. С течением болезни нагрузка на семью значительно увеличивается.


Родственники больного должны знать пределы собственных сил. Если вы переутомлены и работа по уходу вам уже не по силам, обратитесь своевременно за помощью, чтобы не навредить ни больному, не самому себе.

В Бремене есть много различных предложений и учреждений для больных и их родственников. Они оказывают помощь по уходу и обслуживанию. **Службы по уходу за больными и добрососедская помощь** могут дополнить уход и обслуживание дома. Эту помощь вы можете получить от **Центра по оказанию услуг (Dienstleistungszentrum, DLZ)** в вашем районе. Отдел здравоохранения Бремена (смотри контактные адреса) опубликовал информацию с соответствующими адресами на турецком и на русском языках.

Предлагаются **дневные группы для обслуживания больных и дневной уход за больными**, в которых больные деменцией проводят день в группах и после обеда возвращаются домой. В этих группах поощряются еще имеющиеся у больных способности.

В **группах самопомощи для родственников** вы найдете единомышленников, которые знают и понимают вашу ситуацию. В этих группах вы найдете поддержку, совет и облегчение.

Если уход за больным дома уже невозможен, в Бремене есть **квартиры для совместного проживания или дома престарелых**, подходящие для людей больных деменцией.



Обзор учреждений и предложений в Бремене вы найдете в **Бременском справочнике о деменции**.⁵ Этот справочник вы можете взять в DIKS (Бюро информации и координации по вопросам деменции) или в Центре по оказанию услуг.

Предложения помощи и поддержки частично могут быть финансированы **страхованием на случай необходимости постоянного ухода (Pflegeversicherung)**. Информацию о страховании на случай необходимости постоянного ухода вы можете получить в Больничной кассе (Krankenkasse). Отдел здравоохранения Бремена (см. контактные адреса) опубликовал информацию о страховании на случай необходимости постоянного ухода на турецком и на русском языках.

И еще одно важное замечание: заранее обсудите с вашей семьей и, если это возможно, с самим больным такие юридические вопросы, как «завещание о жизни» (завещание, указывающее, какое медицинское обслуживание его составитель хотел бы получать в случае серьезной болезни или недееспособности), заблаговременная доверенность, или опекунов. Подробную информацию по этому вопросу и адреса обслуживающих обществ вы можете получить в (DIKS) (Бюро информации и координации по вопросам деменции) (см. контактные адреса).

⁵ DIKS & forum demenz (Hrsg.): Bremer Handbuch Demenz, 2005

4. Diagnose Demenz – Wo finde ich Unterstützung?

Der Arzt hat eine demenzielle Erkrankung festgestellt. Jetzt ist es wichtig, sich über das Krankheitsbild, den Krankheitsverlauf und die möglichen Hilfs- und Unterstützungsangebote gut zu informieren.

Eine medikamentöse Behandlung kann das Fortschreiten der Krankheit verzögern. Begleiterscheinungen einer Demenz wie Depressionen oder Aggressionen können gelindert werden. Sprechen Sie ihren Hausarzt oder Facharzt an.

Zu Beginn der Krankheit kann die Familie Vieles auffangen. Im weiteren Verlauf der Krankheit werden die Belastungen aber zunehmen.

Wenn Sie als Angehörige/r über ihre Belastungsgrenzen hinausgehen, ist weder dem Betroffenen noch Ihnen selbst damit gedient. Suchen Sie sich rechtzeitig Unterstützung.


In Bremen gibt es viele unterschiedliche Angebote und Einrichtungen für Betroffene und Angehörige. Diese unterstützen Sie bei der Pflege und Betreuung.

Pflegedienste und **NachbarschaftshelferInnen** können die Pflege und Betreuung zu Hause ergänzen. Diese Hilfen erhalten Sie z. B. über das **Dienstleistungszentrum (DLZ)** in Ihrem Stadtteil. Das Gesundheitsamt Bremen (s. Kontaktadressen) hat dazu Informationen auf türkisch und russisch mit den entsprechenden Adressen herausgegeben.

Tagesbetreuungsgruppen oder **Tagespflege** sind Angebote, bei denen der an Demenz Erkrankte den Tag über in einer Gruppe verlebt und am frühen oder späten Nachmittag wieder nach Hause kommt. In diesen Gruppen werden seine noch vorhandenen Fähigkeiten gefördert.

In **Selbsthilfegruppen für Angehörige** finden Sie Gleichgesinnte, die Ihre Situation kennen und verstehen können. In den Gruppen finden Sie Unterstützung, Beratung und Entlastung.

Wenn die Pflege und Betreuung zu Hause nicht mehr möglich ist, gibt es in Bremen **Wohngemeinschaften** oder **Pflegeheime**, die besonders für Menschen mit Demenz geeignet sind.




Einen Überblick über alle Einrichtungen und Angebote in Bremen für Menschen mit Demenz finden Sie im **Bremer Handbuch Demenz**.⁶ Dieses erhalten Sie bei der DIKS oder im Dienstleistungszentrum.

Die Hilfs- und Unterstützungsangebote können zum Teil über die **Pflegeversicherung** finanziert werden. Informationen zur Pflegeversicherung bekommen Sie bei Ihrer Krankenkasse. Das Gesundheitsamt Bremen (s. Kontaktadressen) hat zur Pflegeversicherung Informationen auf türkisch und russisch herausgegeben.

Und noch ein wichtiger Hinweis: Besprechen Sie in Ihrer Familie und (wenn möglich) mit dem Betroffenen selbst **Vorsorgemöglichkeiten für rechtliche Fragen**. Vorsorge kann mit einer Patientenverfügung, Vorsorgevollmachten oder Betreuungsverfügungen getroffen werden. Nähere Informationen dazu und Adressen von Betreuungsvereinen erhalten Sie bei der DIKS (s. Kontaktadressen).

⁶ DIKS & forum demenz (Hrsg.):
Bremer Handbuch Demenz, 2005



5. Что вы можете сделать? – Отдельные меры в обобщенном виде:

1. Обследование врача для выяснения наличия болезни деменция (семейный врач и врач-специалист).
2. Узнать о проявлении и протекании болезни, если поставлен диагноз деменция.
3. Получить информацию о возможных предложениях о помощи.
4. Заблаговременные меры по юридическим вопросам.
5. Если за больным нужен уход, то тогда нужно подать заявление на получение средств из страхования на случай необходимости постоянного ухода.

5. Was können Sie tun? – Die einzelnen Schritte in der Zusammenfassung:

1. Ärztliche Untersuchung zur Abklärung, ob eine demenzielle Erkrankung vorliegt (Hausarzt und Facharzt).
2. Sich über das Krankheitsbild und den -verlauf informieren, wenn eine Demenz vorliegt.
3. Informationen einholen über mögliche Unterstützungsangebote.
4. Vorsorge in rechtlichen Fragen treffen.
5. Sofern eine „erhebliche Pflegebedürftigkeit“ vorliegt, Antrag auf Leistungen aus der Pflegeversicherung stellen.

6. Контактные адреса в Бремене

В следующих указанных адресах вы найдете контактные лица, которые вам охотно помогут, если у вас возникли вопросы.

6.1 На немецком языке

Бюро информации и координации по вопросам деменции.

DIKS

DEMENTZINFORMATIONSS-
UND KOORDINATIONSTELLE

- Бесплатная и независимая **консультация** по всем темам в области деменции и **информация** о учреждениях и предложениях для людей страдающих деменцией в Бремене.
- **Help-Line**: телефонная служба помощи для родственников, ухаживающих за больными и для пожилых людей. Вас спокойно выслушают и помогут в случае проблем или конфликтов
Help-Line: тел. 0421 / 79 484 98
(понедельник-пятница
14:00-17.00 ч.)

- Оказание помощи **группами самопомощи** для родственников людей, страдающих деменцией.

Контактное лицо:

Tanja Meier
Auf den Häfen 30-32
28203 Bremen
Tel: 79 02 73
Fax: 79 02 41

6. Kontaktadressen in Bremen

Bei den folgenden aufgeführten Kontaktadressen finden sie Ansprechpartner, die Ihnen bei Fragen gerne weiterhelfen.

Ansprechpartnerin:
Tanja Meier
Auf den Häfen 30-32
28203 Bremen
Tel: 79 02 73
Fax: 79 02 41

6.1 Deutschsprachig

Demenz Informations- und Koordinationsstelle:

DIKS
DEMENZINFORMATIONEN-
UND KOORDINATIONSSTELLE

- Kostenlose und unabhängige
- **Beratung** zu allen Themen im Bereich Demenz und **Informationen** zu den Einrichtungen und Angeboten für Menschen mit Demenz in Bremen.
Die **Help-Line**: das Telefon für
 - pflegende Angehörige und ältere Menschen. Hier hört man Ihnen in Ruhe zu und kann Ihnen bei Problemen oder Konflikten weiterhelfen.
Help-Line Tel.: 0421 / 79 484 98
(Montag - Freitag
14:00 – 17:00 Uhr)
Unterstützung durch **Selbst-**
 - **hilfegruppen** für Angehörige von Menschen mit Demenz



Отдел здравоохранения города Бремен:

- **Отдел миграции и
здоровья**

Программа здоровья отдела миграции и здоровья предлагает основное медицинское обслуживание для беженцев и переселенцев. Эта программа постоянно обрабатывается. Она поставляет ценные сведения для улучшения межкультурной программы медицинского обслуживания в Бремене. Информационный материал по вопросам здоровья и ухода для пожилых мигрантов мы разрабатываем на их родном языке. Мы хотим, чтобы существующие предложения были доступны тоже для пожилых мигрантов (например, курсы по уходу на турецком и русском языках). Вы можете также получить ответ на вопросы, связанные с уходом.

Контактное лицо:

Eckhard Lotze
Horner Str. 60-70
28203 Bremen
Tel: 361-15170
Fax: 361-15554

Gesundheitsamt Bremen:

- **Referat: Migration und
Gesundheit**

Das Referat „Migration und Gesundheit“ bietet mit seinem Gesundheitsprogramm eine medizinische Basisversorgung für Asylsuchende, Flüchtlinge und Aussiedler an. Dieses Programm wird regelmäßig ausgewertet. Es liefert damit wertvolle Daten für eine bessere interkulturelle Gesundheitsversorgung in Bremen.

Für ältere Migranten gestalten wir muttersprachliches Informationsmaterial zu Fragen der Gesundheit und Pflege. Wir fördern die Öffnung vorhandener Angebote auch für ältere Migranten (z.B. durch Pflegekurse auf türkisch und russisch). Auch in Fragen der Pflege können Sie hier Antworten erhalten.

Ansprechpartner:

Eckhard Lotze
Horner Str. 60-70
28203 Bremen
Tel: 361-15170
Fax: 361-15554



- **Служба перевода
(Dolmetscherdienst
Bremen-DDB)**

Служба перевода ставит своей целью обеспечить мигрантов необходимыми сведениями в области медицинского обслуживания в Земле Бремен. Ведь при наличии языковой проблемы, мигранты зачастую недостаточно информированы о предложениях в области здравоохранения и поэтому не могут ими в полной мере воспользоваться. Переводчики для устного перевода и переводческий сервис для письменных переводов помогают улучшить обслуживание мигрантов. Служба перевода Бремена предлагает нейтральные недорогие услуги, которые служат взаимопониманию между мигрантами и оказывающими медицинскую помощь (например, врачи, обслуживающий персонал).

**По телефону
361 - 59598**

можно заказать переводческий сервис.
Почти у всех переводчиков есть опыт по переводу в области здоровья.
Они обладают очень хорошими

знаниями культуры не немецкоязычных людей. Поэтому им удается, как и языковое, так и культурное посредничество. Переводчики, само собой разумеется, обязаны соблюдать нейтралитет и не разглашать доверенные им чужие секреты.

Gesundheitsamt Bremen
Horner Str. 60-70
28203 Bremen
Tel: 361-59598

E-mail:
migration@gesundheitsamt.bremen.de



- **Dolmetscherdienst
Bremen (DDB)**

Der Dolmetscherdienst Bremen (DDB) will Migranten im Bundesland Bremen einen besseren Zugang zur Gesundheitsversorgung verschaffen.

Falls es Sprachprobleme gibt, sind Migranten oft nicht ausreichend über die Gesundheitsangebote in Bremen informiert und können diese nicht gut nutzen. Dolmetscher für den direkten sprachlichen Austausch und ein Übersetzungsservice für schriftliche Mitteilungen helfen, die Versorgung von Migranten zu verbessern. Der Dolmetscherdienst Bremen bietet eine neutrale und preisgünstige Dienstleistung für die Verständigung zwischen Migranten und den versorgenden Personen (z.B. Ärzte, Pflegepersonal) an.
Über die zentrale

**Telefonnummer
361 - 59598**

kann der Dolmetscherservice angefordert werden.

Fast alle Dolmetscher haben Erfahrung im Übersetzen gesundheitlicher Fragen und Informationen. Sie verfügen über sehr gute Kenntnisse der Kultur nicht deutschsprachiger Menschen. Deshalb gelingt ihnen sowohl die Sprach- als auch die Kulturmittlung. Die Dolmetscher sind selbstverständlich zur Neutralität verpflichtet und unterliegen der Schweigepflicht.

Gesundheitsamt Bremen
Horner Str. 60-70
28203 Bremen
Tel: 361-59598

E-mail:
migration@gesundheitsamt.bremen.de



- **Отдел самопомощи и поощрения здоровья**

Отдел: самопомощи и поощрения здоровья располагает сведениями о группах самопомощи в области здоровья. Здесь вам помогут, если вы по телефону или в личной беседе ищите контакт с людьми групп самопомощи, которые находятся в похожей ситуации. Кроме того, сотрудники и сотрудницы отдела помогают при создании новых групп. Отдел является соответствующей инстанцией городской общины Бремен для распределения средств группам самопомощи в области здоровья.

Контактное лицо:

Bernhild Eggert
Horner Str. 60-70
28203 Bremen
Tel: 361-15141
Fax: 361-15554

- **Referat: Selbsthilfe- und Gesundheitsförderung**

Das Referat Selbsthilfe- und Gesundheitsförderung verfügt über die Daten von Selbsthilfegruppen im Gesundheitsbereich. Hier wird Ihnen geholfen, wenn Sie telefonisch oder in einem persönlichen Gespräch Kontakt zu Menschen in Selbsthilfegruppen suchen, die in ähnlicher Lage sind wie Sie. Darüber hinaus sind die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen bei der Gründung neuer Gruppen behilflich. Das Referat ist auch die zuständige Stelle der Stadtgemeinde Bremen für die Vergabe von Fördermitteln für Selbsthilfegruppen im Gesundheitsbereich.

Ansprechpartnerin:

Bernhild Eggert
Horner Str. 60-70
28203 Bremen
Tel: 361-15141
Fax: 361-15554

6.2 На родном языке:

Первичная консультация для мигрантов благотворительных обществ:

Цели:

- Улучшение интеграционных шансов
- Поощрение равных шансов и участие в общественной жизни.

Целевая группа:

- Взрослые, вновь прибывшие иммигранты максимально 3 года после въезда в страну.
- Взрослые мигранты, давно живущие в Германии и особо нуждающиеся в интеграции.

Задачи:

- Поддержка при интеграции до, во время и после участия в интеграционных курсах. Поддержка при особой потребности в интеграции.
- Ориентированное на потребности клиента индивидуальное сопровождение персонального кейс-менеджера (Case Management).
- Создание сети для взаимопомощи

- Оказание консультационной помощи в процессе межкультурного открытия практических служб

Мы советуем вам:

Предварительно позвонить по телефону, или по электронной почте договориться о встрече.

Консультанты благотворительных организаций помогут вам предпринять правильные шаги, если эта болезнь касается лично вас.



6.2 Muttersprachlich:

Die Migrationserstberatung der Wohlfahrtsverbände:

Ziele:

- Verbesserung der Integrationschancen
- Förderung der Chancengleichheit und Partizipation am gesellschaftlichen Leben.

Zielgruppe:

- Erwachsene Neuzuwanderer bis max. 3 Jahre nach der Einreise.
- Bereits länger hier lebende erwachsene Migranten mit besonderem Integrationsbedarf.

Aufgaben:

- Unterstützung bei der Integration vor, während und/oder nach der Teilnahme an Integrationskursen bzw. Unterstützung bei besonderem Integrationsbedarf
- Bedarfsorientierte Einzelfallbegleitung (Methode des Case Management)
- Initiierung von Netzwerkarbeit
- Unterstützung der Regeldienste bei der interkulturellen Öffnung

Tipp:

Sie sollten vor der Beratung telefonisch oder per E-mail einen Termin vereinbaren.

Die Berater der Wohlfahrtsverbände helfen Ihnen, die richtigen Schritte zu tun, wenn Sie betroffen sind.



**В районе Bremen Nord:
in Bremen Nord:**

Caritas-Nord

Claudia Schmücker
Gerhard-Rohlfis-Straße 17/18
28757 Bremen-Vegesack
E-mail:
c.schmuecker@caritas-bremen-nord.de
Tel: 66 07 70

DRK-Nord

Wanda Hilkmann
Meinert-Löffler-Str. 15,
28755 Bremen
E-mail:
uwe.hallensleben@drk-bremen-nord.de
Tel: 65 83 912

**bis 30. November 2007:
Innere Mission/Diakonisches Werk**

Janina Piekatz
Söderblomgemeindehaus
Stockholmer Str. 46,
28719 Bremen
E-mail:
piekatz@inneremission-bremen.de
Tel: 80 07 134

**В районе Bremen Mitte/West:
in Bremen Mitte/West:**

AWO

Cevahir Cansever
Am Wall 113, 28195 Bremen
E-mail: c.cansever@awo-bremen.de
Tel: 33 77 188

AWO

Svemila Wagner
Am Wall 113, 28195 Bremen
E-mail: s.wagner@awo-bremen.de
Tel. 33 77 187

AWO

Hasan Cil
Am Wall 113, 28195 Bremen
E-mail: h.cil@awo-bremen.de
Tel. 33 77 183

AWO

Bernd Buhrdorf
Am Wall 113, 28195 Bremen
E-mail:
b.buhrdorf@awo-bremen.de
Tel. 33 77 186

DRK

Nevrye Kayis
Mathildenstr. 2, 28203 Bremen
E-mail: hippy@drk-bremen.de
Tel. 70 60 70 13



**В районе Bremen Süd:
in Bremen Süd:**

AWO

Svemila Wagner
Am Wall 113, 28195 Bremen
E-mail: s.wagner@awo-bremen.de
Tel. 33 77 187

AWO

Bernd Buhrdorf
Am Wall 113, 28195 Bremen
E-mail:
b.buhrdorf@awo-bremen.de
Tel. 33 77 186

Caritas-Stadt

Marco Zaric
Amersfoorter Str. 8, Pavillon H
28259 Bremen
E-mail: m.zaric@caritas-bremen.de
Tel: 89 83 142

**В районе Bremen Ost:
in Bremen Ost:**

AWO

Cevahir Cansever
Sozialzentrum
Wilhelm Leuschner Str. 27,
28329 Bremen
E-mail:
c.cansever@awo-bremen.de
Tel: 24 75 817
oder 0174-49 18 637

Caritas-Stadt


Isabel Bayona
E-mail: i.bayona@caritas-bremen.de
Tel: 33 57 31 01

Tadeusz Treder
E-mail: t.treder@caritas-bremen.de
Tel: 33 57 31 05

Marco Zaric
E-mail: m.zaric@caritas-bremen.de
Tel: 33 57 31 04

Georg-Gröning-Str. 55,
28209 Bremen

Ab 1. März 2007:
**St. Petri Kinder- und
Jugendhilfe/Diakonisches Werk**
Yildez Atakli
Ludwigshafener Str. 16
28325 Bremen
E-mail:
stadtteilbuero.
tenever@stpetribremen.de
Tel.: 24 775 38



Миграционная служба для молодежи благотворительных организаций:

Цели:

- Улучшение интеграционных шансов
- Поощрение равных шансов и участие в общественной жизни

Целевая группа:

- Молодые мигранты в возрасте между 12 и 27

Предложения:

- Профессиональная ориентация
- Помощь по интеграции
- Сопровождение социальных педагогов при интеграции
- Кризисный менеджмент

Формы поддержки:

- Индивидуальное планирование по интеграции (Assessments, Förderpläne – оценка профессиональной интеграции, план содействия интеграции)
- Курсы и групповые предложения (например, как писать заявление о принятии на работу, или учебу, профессиональная ориентация, контакт с предприятиями)

Die Jugendmigrationsdienste der Wohlfahrtsverbände:

Ziele:

- Verbesserung der Integrationschancen
- Förderung der Chancengleichheit und Partizipation

Zielgruppe:


- Junge Menschen mit Migrationshintergrund zwischen 12 und 27 Jahren

Angebote:

- Berufsorientierung und Eingliederungshilfen
- Sozialpädagogische Begleitung bei der Integration
- Krisenmanagement

Unterstützungsformen:

- Individuelle Eingliederungsplanung (Assessments, Förderpläne)
- Kurse und Gruppenangebote (z.B. Bewerbungstrainings, Berufsorientierung, Betriebskontakte)



**В районе Bremen Nord:
in Bremen Nord:**

AWO

Karin Sfar
Leverkenbarg 1,
28779 Bremen-Blumenthal
E-mail: k.sfar@awo-bremen.de
Tel. 690 03 32

Caritas

Rüdiger Lautenbach
Gerhard-Rohlf's-Str. 17/18
28757 Bremen-Vegesack
E-mail:
r.lautenbach@caritas-bremen-nord.de
Tel. 66 077-35

Caritas

Nino Adam
Gerhard-Rohlf's-Str. 17/18
28757 Bremen-Vegesack
E-mail:
n.adam@caritas-bremen-nord.de
Tel: 66 077-37

**В районе Bremen Mitte/West:
in Bremen Mitte/West:**

AWO

Herbert Lücken
Am Wall 113, 28195 Bremen
E-mail: h.lueken@awo-bremen.de
Tel: 33 77 182

**В районе Bremen Süd:
in Bremen Süd:**

Caritas

Eva Maria Haverland
Tegeler Plate 23,
28259 Bremen
E-mail:
e.haverland@caritas-bremen-nord.de
Tel: 66 077-31

**В районе Bremen Ost:
in Bremen Ost:**

AWO

Christine Jankowski
Ludwigshafener Str. 2a,
28325 Bremen
E-mail:
c.jankowski@awo-bremen.de
Tel: 42 93 26



Notizen:



Notizen:

В этой брошюре вы получите следующую информацию:

1. Что такое деменция?
2. Как проявляется деменция?
3. Что я могу делать, если я замечу такие симптомы у члена семьи или у знакомого?
4. Диагноз деменция – где я найду поддержку?
5. Что вы можете делать? Отдельные меры в обобщенном виде.
6. Контактные адреса

In dieser Broschüre bekommen Sie folgende Informationen:

1. Was ist eine Demenz?
2. Wie zeigt sich eine Demenz?
3. Was kann ich tun, wenn ich solche Anzeichen bei einem Familienmitglied oder Bekannten bemerke?
4. Diagnose Demenz – Wo finde ich Unterstützung?
5. Was können Sie tun? – Die einzelnen Schritte in der Zusammenfassung
6. Kontaktadressen in Bremen

Состояние на 01/2007

Эта брошюра была оценена по критериям **DISCERN** (по критериям качества для информации пациентов о разных видах лечения) и получила оценку информационного материала высокого качества. См. www.discrim.de.

aktueller Stand 01/2007

Diese Broschüre wurde nach den Kriterien von DISCERN (Qualitätskriterien für Patienteninformationen; vgl. www.discrim.de) hergestellt.