

Depression im höheren Lebensalter



Was helfen kann:

1. Entlastung im häuslichen Umfeld:

- Nachbarschaftshilfe
- Besuchsdienste
- Essen auf Rädern
- Putz- und/oder Gartenhilfe

2. Sozialkontakte/Gesellschaft/Gemeinschaft:

- Seniorentreffs
- Vereine
- Kirchengemeinden
- Ehrenamt
- Tanzcafé
- Selbsthilfegruppen (Ansprechpartner: KISS Edesheim)
- Mehrgenerationenhäuser
- Volkshochschulen
- Tagespflege

3. Bewegung/Aktivierung:

- Spezielle Seniorenkurse (z.B. SIMA®-Training)
- Sportvereine
- Fitness-Studios
- Krankengymnastik
- Reha-Sport

4. Pflege:

- Psychiatrische Krankenpflege
(appb = ambulante psychiatrische Pflege und Betreuung)
- Häusliche Krankenpflege
(z.B. Medikamente richten und/oder verabreichen)
- Grundpflege
(z.B. Körperpflege)

5. Beratung/Information:

- Angehörigengruppen
- Sozialpsychiatrischer Dienst
- Pflegestützpunkte (bei Pflegebedarf)
- Seniorenbüros
- Zentrale Anlaufstelle für Seniorinnen und Senioren in der Verbandsgemeinde Bad Bergzabern (= ZAS)
- Sozialberatungsstellen (z.B. Caritas o. Diakonie)
- Regionales Psychosomatisches Zentrum Landau (=RPZ)

6. Veränderungen im Wohnumfeld:

- Hausnotruf
- Betreutes Wohnen
- Gemeinschaftliches Wohnen
(z.B. Seniorenwohngemeinschaften, Pflegewohngemeinschaften,)
- Seniorenheime

7. Therapien:

- Ergotherapie
- Psychotherapie

Bei Rückfragen stehen zur Verfügung:

- Hermann-Josef Schwarz, Nervenarzt, Sozialpsychiatrischer Dienst im Gesundheitsamt, Telefon: 06341 940 617
- Gabriele Ziegler, Psychologische Psychotherapeutin, Klinik für Gerontopsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie Klingenmünster
Telefon: 06349 900 2607
- Natalie Schwöbel, Dipl.-Sozialarbeiterin/-pädagogin (FH), Klinik für Gerontopsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie Klingenmünster
Telefon: 06349 900 2693