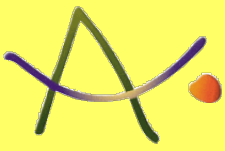


Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.

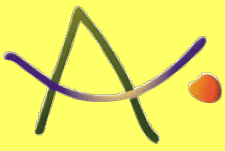
Den Tag gelingen lassen — Alltagsgestaltung und Beschäftigung

Beim Demenzkongress:
„Zu Hause leben mit Demenz“
am 8. September 2010 in Fellbach



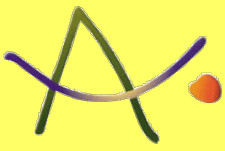
Sabine Hipp

- Seit 1998 Mitarbeiterin der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg e.V.
- Landesweite Koordinationsstelle für Betreuungsgruppen und Häusliche Betreuungsdienste für Menschen mit Demenz
- Ein Schwerpunkt: Fortbildung
- Ansprechpartnerin für die Betreuungsgruppe in eigener Trägerschaft
- Gründung der Betreuungsgruppe in Stuttgart-Kaltental
5 Jahre Leitung dieser Betreuungsgruppe
3 Jahre Leitung einer Angehörigengruppe



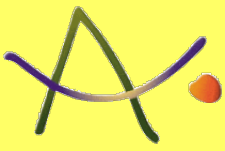
Überblick

1. Ausgangssituation
2. Den Alltag gestalten - ... auch den eigenen
3. Was hilft: Unterstützungs- und Entlastungsangebote
4. Leistungen der Pflegeversicherung für ambulante Entlastungsangebote
5. Grundlegendes zum Umgang mit Demenzkranken
6. Begleitung von Menschen mit Demenz bei Aktivitäten
7. Beschäftigungsmöglichkeiten



Ausgangssituation

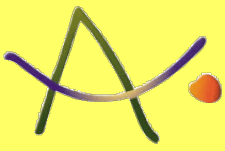
- Aktuell ca. 1,2 Mio. demenzkranke Menschen in der BRD, davon 2/3 an Alzheimer erkrankt
- Ca. 135.000 Betroffene in Baden-Württemberg (mittelschwer bis schwer dement)
- Deutliche Zunahme von Demenzerkrankungen auf Grund der demografischen Entwicklung (Verdoppelung bis 2050)
- 2/3 aller Demenzkranken werden zu Hause gepflegt/betreut, überwiegend (aber nicht nur!) von Frauen
- „Alzheimer: Das Leiden der Angehörigen“ – pflegende Angehörige sind auf einer anderen Ebene immer mit betroffen



Ausgangssituation

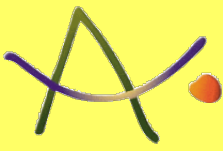
- Dauer demenzieller Erkrankungen: durchschnittlich 8 Jahre (+/-)
- Vielfältige Anforderungen an pflegende Angehörige im Verlauf einer demenziellen Erkrankung, daher sind sie oft *überfordert* und *isoliert!*
- Diese Pflege ist auf Dauer nicht alleine leistbar!
- Schwierigkeiten/Hemmschwellen pflegender Angehöriger, Hilfe bei der Betreuung anzunehmen

„Eine gute Tochter pflegt nicht allein!“



Den Alltag gestalten - ... auch den eigenen!

- Die Krankheit annehmen... - oft ein schwieriger und langer Prozess
- Mut zur Öffentlichkeit (- ...oder muss man sich schämen?)
- Eine möglichst gleich bleibende Tagesstruktur schafft Orientierung, Menschen mit Demenz brauchen Anregung und Beschäftigung - ein gestalteter Tag wirkt sich u.a. positiv auf den Tag-Nacht-Rhythmus aus
- Die Umgebung dem Kranken anpassen, Vertrautes gibt Sicherheit
- Beratung in Anspruch nehmen – Wissen erwerben
- *Selbstpflege:*
 - Auch an sich selbst denken!
 - Was tut mir gut, was brauche ich, was will ich für mich?
 - Freie Zeiten schaffen...

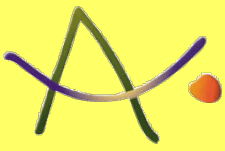


Was hilft: Unterstützungs- und Entlastungsangebote

- Beratungsstellen, -angebote
- Angehörigengruppen
- Betreuungsgruppen
- Häusliche Betreuungsdienste
- Tagesbetreuung, Tagespflege
- Angebote ambulanter Pflegedienste
- Kurzzeitpflege
- Auflistung der Angebote und Infos unter: www.alzheimer-bw.de
- Außerdem: Tanzcafés, Betreuer Urlaub, etc.
- Und nicht zuletzt: Freunde, Nachbarn, Verwandte - Pflegebegleiter!

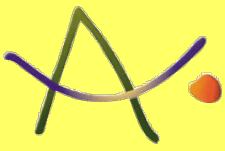


Ehrenamtliches Engagement - ein wichtiges
Kennzeichen von Betreuungsgruppen



Leistungen der Pflegeversicherung für ambulante Entlastungsangebote

- **Zusätzliche Betreuungsleistungen** nach §45b SGB XI:
100 €/ Monat (Grundbetrag) oder 200 €/ Monat (erhöhter Betrag)
 - Für Menschen mit erheblicher Einschränkung der Alltagskompetenz, auch bei Pflegestufe 0
 - Diese Leistungen werden noch viel zu selten abgerufen!
- Leistungen der **Verhinderungspflege**: 1.510 €/ Jahr
- Leistungen der **Kurzzeitpflege**: 1.510 €/ Jahr
- Zusätzliche Leistungen für **Tagespflege**:
ohne Kürzung von Pflegegeld oder Sachleistungen im Umfang von bis zu 50 % des möglichen Sachleistungsbetrags



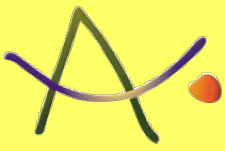
Beschäftigungsangebote für Menschen mit Demenz

Zur Einführung:

Ein Beschäftigungsangebot -
verschiedene Reaktionen

*Für die Beschäftigung
von Menschen mit Demenz
gibt es keine Rezepte!*





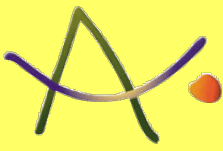
Die Zielgruppe

- Meist ältere, aber z.T. auch jüngere, demenzkranke Menschen
- In verschiedenen Phasen einer Demenz
- Mit verschiedenen Biografien
- Mit verschiedenen Bedürfnissen
- Mit verschiedenen Fähigkeiten (Ressourcen)
- Mit verschiedenen Einschränkungen (Defiziten)



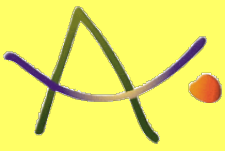
Individuen mit einem gelebten Leben

Individuen mit einem gelebten Leben



Wünschenswerte Haltungen von Betreuenden

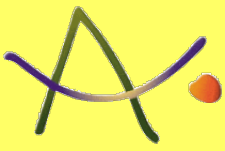
- Wertschätzung, Akzeptanz, Respekt und Achtung
- Interesse an der Person des Betreuten
 - Kenntnis der Biografie
 - Wissen um Vorlieben, Fähigkeiten, Besonderheiten
 - Beobachten: „Jetzt schaue ich zuerst einmal hin, bevor ich helfe“
- Betreuer bleibt in seiner Funktion als Helfer im Hintergrund, d.h. sie oder er hilft unauffällig
- Flexibilität (Tagesverfassung): „Jeder Nachmittag ist ein Abenteuer“
- Humor 😊



Ziele von Beschäftigungsangeboten

- Tagesstruktur, Normalität, Abwechslung, Energien lenken
- Sicherheit, Geborgenheit, Wohlbefinden
- Das „Selbst“, die Identität des Kranken stärken
 - Erfolge ermöglichen: *„Ich kann noch etwas!“*
 - Soziale Erfahrung: *„Ich gehöre dazu!“*
 - Selbstwert vermitteln: *„Ich bin noch jemand!“*
- Vorhandene Fähigkeiten möglichst lange erhalten
- Nicht: „Lernen“, Nicht: ein *greifbares* Ergebnis (schöne Bastelarbeit)

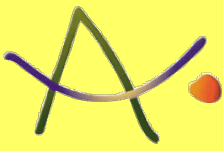




Auswahlkriterien für Beschäftigungsangebote

- Einfach, erfolgversprechend, Biografie orientiert, vertraut, jahreszeitlich orientiert
- Verwendbarkeit des „Produkts“, z.B. Geschenk, Grußkarte, Dekoration
- Vorsicht bei Kleinteilen, handlich, ungiftig
- Keine Angst vor Wiederholungen,...
- Eigener Zugang zu einem Beschäftigungsangebot:
„Nur wer motiviert ist, kann auch motivieren“

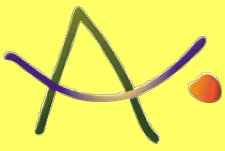




Grundlegendes zum Umgang mit Demenzkranken

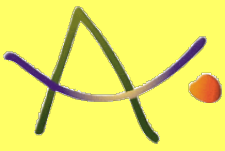
- Von vorne ansprechen – Blickkontakt – mit Namen ansprechen – nicht in Anwesenheit der Kranken *über* sie reden
- Äußerungen der Kranken akzeptieren, möglichst nicht widersprechen, nicht korrigieren, sondern gelten lassen, damit umgehen... („Leben im Anderland“)
- Keine Bevormundung, freundlich-bestimmte Führung, wo möglich: in Entscheidungen einbeziehen
- Sprache: Kurze Sätze, deutlich, Dialekt?, Zeit lassen, ggf. wiederholen, vorsichtiger Umgang mit Fragen (Gefahr: Konfrontation mit Defiziten)
- Bewusster Einsatz von Körpersprache (Mimik, Stimme, Gestik,) – Freundlichkeit

*Non-verbale
Botschaften
kommen an!*



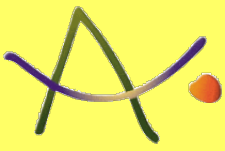
Begleitung von Menschen mit Demenz bei Aktivitäten

- Unterschiede: Betreuung in der Gruppe oder Einzelbetreuung
- Angstvermeidende, freundliche, akzeptierende Atmosphäre
- Mit Ritualen, wiederholenden Elementen arbeiten (Sicherheit!), z.B. der tägliche Spaziergang am Nachmittag oder der Mittagsschlaf, die immer gleiche Begrüßung, ein immer gleicher Abschluss...
- Dauer der Beschäftigung (begrenzte Konzentrationsfähigkeit), generell: nicht überfordern!
- Arbeitsabläufe in Teilschritte unterteilen, einzelne Arbeitsschritte anleiten, begleiten
- Motivieren, aber niemals drängen oder gar zwingen, etwas zu tun



Begleitung von Menschen mit Demenz bei Aktivitäten

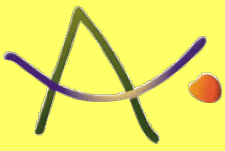
- Das Tempo des Kranken beachten, warten können!
(Aufforderungscharakter von Materialien)
- Tätigkeiten einleiten, vormachen
- Versuchen, ihn / sie in irgendeiner Weise zu beteiligen, z.B.
 - indem er / sie etwas hält
 - eine Farbe aussucht
 - durch das Gespräch einbeziehen
 - um Mithilfe bitten
 - Ideen der Kranken aufnehmen, bestätigen, damit umgehen...
- Leistungen des Demenzkranken anerkennen, angemessen loben



Beschäftigungsmöglichkeiten

- Bewegung
- Musik als „Königsweg“
- Alltagsnahe / lebenspraktische Tätigkeiten
- Erinnerungspflege
- Spiele
- Sinneserfahrungen, Berührungen
- Vorlesen, Erzählen, mit Sprache, Schrift, Überlieferung umgehen
- künstlerisch-kreative Aktivitäten, Bastelangebote
- außerdem...

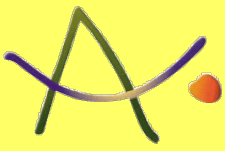
*Wenn wir Menschen
mit Demenz nicht
beschäftigen, dann
beschäftigen sie uns...*



Bewegung

- Regelmäßige Spaziergänge
- Sitzgymnastik mit Hintergrundmusik:
Rhythmen begleiten
- Sitzgymnastik mit versch. Materialien
(z.B. Bälle, Luftballons, Tennisringe,
Chiffontücher, Gymnastikreifen, u.v.a)
- Bewegungsspiele,
z.B. Kegelspiel, Ringwurfspiel
- Tanzen: Sitztänze, Standardtänze





Musik als „Königsweg“ zu Demenzkranken

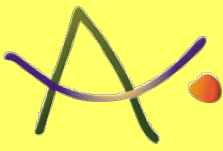
- Bekannte Lieder singen, evtl. mit Gitarren-, Klavierbegleitung?, ggf. Einsatz von Musik- und Rhythmusinstrumente (z.B. Orff), aktuell: Veeh-Harfenspiel
- Liederbücher mit Großdruck (auch als Einzelbeschäftigung)
- Religiöse Lieder („Großer Gott“), religiöser Hintergrund?
- Vertraute Musik hören – gezielt einsetzen!
- Lieder zum Mitmachen, „Stimmungslieder!“ (mit und ohne Bewegung, schunkeln)



www.veeh-harfe.de

*...Und i flieg, flieg, flieg
wie a Flieger,
bin so stark, stark, stark
wie a Tiger...*

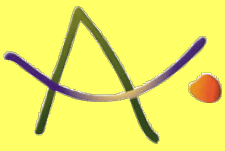
*...und i nimm, nimm, nimm
di bei der Hand,
weil i di mog, und i sog:
Heid is so a schena Dog –
la la la la la*



Alltagsnahe / lebenspraktische Tätigkeiten

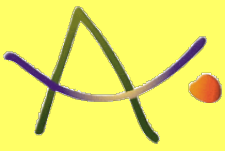
- Hauswirtschaftliche Tätigkeiten, z.B.: Geschirr spülen, kochen, backen, putzen, bügeln, Wäsche zusammenlegen („Socken-Memory“), Gartenarbeiten,...
- Arbeiten mit Wolle, Wolle wickeln, Knopfdose
- „Bürotätigkeiten“: z.B. Papier lochen und ordnen lassen
- Handwerkliche Tätigkeiten, z.B.: Arbeiten mit Holz (sägen, schmirgeln, Laubsägearbeiten...)
- Umgang mit Werkzeug, Sortieren von Nägeln und Schrauben





Erinnerungspflege

- Mit Hilfe von Gegenständen aus früherer Zeit, z.B. alte Kaffeemühle, Apfelreibe, Bücher mit Sütterlinschrift (Flohmärkte), auch Naturmaterialien anbieten – ... erinnern und erzählen (lassen)
- Fotoalben anschauen
- Ein Lebensbuch (Erinnerungsalbum) erstellen
 - Was erinnert die betreute Person aktuell noch (keine Chronologie)
 - Hilfe für eine Biografie orientierte Betreuung
 - Hilfe, dem fortgeschritten Demenzkranken einen Teil seiner Geschichte zu bringen
- Eine Erinnerungskiste anlegen

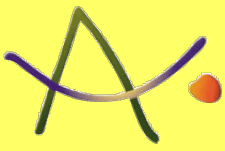


Spiele

- Vor allem Spiele, die von Kindheit an vertraut sind
- Gesellschaftsspiele (Spezialanfertigungen):
 - Mensch ärgere dich nicht
 - Dame, Mühle, Malefiz, Mikado
- Würfelspiele, Kartenspiele, etc.
- Generell gilt: Spielregeln variieren, anpassen
- Weitere Spiele:
 - Sprichwortkarten (Schriftgröße!), Wolle wickeln (– ein Wollknäuel mit Süßem,...), Tischball, Bingo,...

Was Du heute
kannst besorgen...

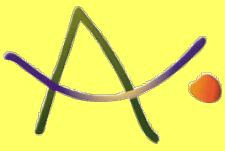
...das verschiebe
nicht auf morgen!



Sinneserfahrungen, Berührung, z.B.

- Gewürze *riechen*, besprechen, erinnern, Duftsäckchen z.B. aus Lavendel herstellen
- *Tasten*: Gegenstände im Sago- oder Kirschkernelbad suchen oder in einem Waschlappen fühlen und erraten lassen
- Bilder *anschauen*, wichtig: klare Konturen, Größe, nicht zu viel Information)
- Massagen z.B. mit Igelbällen, Handmassage, Handbäder,...
- Berührung im fortgeschrittenen Stadium immer wichtiger

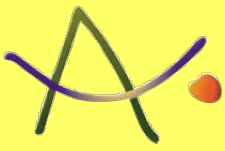




Vorlesen und Erzählen, mit Sprache, Schrift, Überlieferung umgehen

- kurze Artikel aus der Zeitung vorlesen
- kurze Geschichten – möglichst frei – erzählen
- Vorlesen (mit meditativer Hintergrundmusik)
- Märchen erzählen
- Bekannte Gedichte, Verse, Reime, Sprichwörter, Psalmen, ggf. auch Lieder: vorlesen, mitsprechen lassen, raten, ergänzen lassen
- „Seniorenalphabet“, „Stadt, Land, Fluss“, Kreuzworträtsel

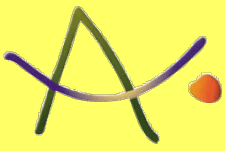




Künstlerisch-kreative Angebote, z.B.

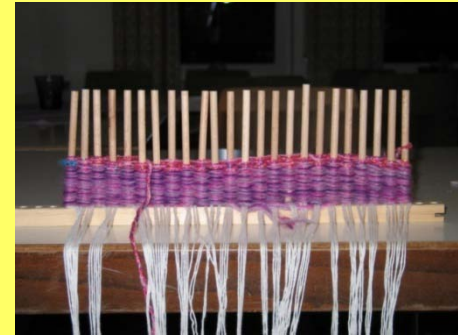
- Malen, Umgang mit Farben
- Verschiedene Techniken, z.B.
 - Nass-in-Nass-Technik
 - Klatschbilder
 - Seidenmalerei
 - Mandalas ausmalen
- Ausschneidearbeiten (Dekoration), Bastelarbeiten
- Knülltechnik? (Krepp-Papier-Böppele)

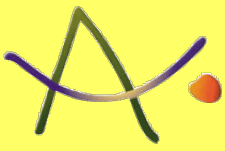




außerdem...

- ...z.B.: Landkarten, Flechtboy, Puppen,...
- Erlebnisse schaffen, Schönes anbieten: Besuch im Zoo (Tiere!), Friseurbesuch,...
- Nicht zuletzt: autonome Beschäftigungen von Menschen mit Demenz als für sie „sinnvolles Tun“ anerkennen, ermöglichen (räumen, kruschteln, streichen...)
- Ideen, Kreativität und Lust zum Ausprobieren sind immer gefragt!





Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.

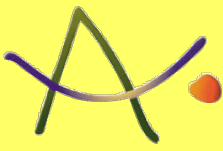
Den Tag gelingen lassen – Alltagsgestaltung und Beschäftigung

Wir helfen Ihnen gerne!

**Und wir freuen uns,
wenn Sie unsere Arbeit unterstützen!**



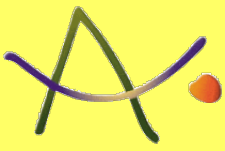
Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



Empfehlenswerte Literatur zu „Beschäftigungen“

- **Durch das Jahr / 50 Gruppenstunden - nicht nur für Menschen mit Demenz**
Barbara Scheffler, Hg. DemenzZentrum (s.u.), 2009
(Bezug: DemenzZentrum der Enzkreis Kliniken, Mühlacker, Tel. 07041 / 8 14 69-0)
- **Der therapeutische Tischbesuch**
Bernd Kiefer, Bettina Rudert
Vincentz Network, Hannover 2007
- **Jule-Geschichten**
Elisabeth Lambrecht
Vincentz Network, Hannover 2007
- **Alzheimer – was tun?**
Rose Götte, Edith Lackmann
Beltz-Verlag 1997
- **Mit Musik Demenzkranke begleiten**
Praxisreihe der Deutschen Alzheimer Gesellschaft
3. überarbeitete Auflage 2009
(Bezug, u.a.: www.alzheimer-bw.de)

*Weitere themenbezogene
Literaturhinweise unter:
www.alzheimer-bw.de*



Bezugsquellen Aktivierungsmaterialien

- **Wehrfritz**
Katalog „Miteinander leben“ - Der Katalog für Menschen mit Handicaps
www.wehrfritz.de
- **Der Riedel**
Der Riedel – Katalog für Menschen mit Handikaps
www.der-riedel.de
- **Seni-on**
Seniorengerechte Spiele und beschäftigungstherapeutische Materialien
www.senion.de
- ***Infos zum Flechtboy (Stäbchenwebgerät)***
www.flechtboy.de; Bezug: www.dene-shop.de