



# Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V. Mitteilungen

August 2015

## Angehörige schreiben - aktuelle Literatur



Mitglied Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz

Mutter, die doch  
wahrscheinlich no  
für die sem Furcht  
einer Hil' osigkei  
sch aus dem Nich  
ressiv, schrie sie a  
g von den Besu ch  
ecken, Tränen der  
lung. Meine Wel  
erken. Nach au  
versuchte ich, me  
mein Hausarzt m  
ng, der sich um m  
zu sammenzog  
ächstherapie, un  
aber mir sich sch  
den Schritt weg v  
der Alzheimer e  
chen. Ich solle mi  
alle nicht bewältigt  
fährt, Liebe, die kein  
nicht durch positives E  
all lebt man sein Lebe  
ger, und leert sich auch  
allerdings in eine Krise  
uß immer voller wird,  
zweifelhaft auf Trauer gepackt. Der Kö  
aus wie z.B. Schla' osigkeit, Antriebs  
leit, Angst zustände, Panikattacken.  
er dringlich ist, je höher der Pegel i  
sie nicht wahrgenommen, gehen un  
Tages der berühmte Tropfen das G  
das kann dann durch aus eine Dep  
einer schweren körperlichen Kran  
Seit es war es bei mir noch ni  
mein Gedas zu leeren. Also sch  
Gefühle auseinander zu sch  
lernte, sie anzunehmen und sie g  
nicht mehr wegdrück te, verlore  
Erstes verschwand die unkontro  
schlechte Gewissen und schließ  
Quintessenz der Gespräche, be  
Widersprüche auszuhalten. Ni  
rieren, nicht sie ausgleiche  
und auszuhalten. Für den Un  
bedeutet dies, unser früheres  
legen, es zwar zu betrauern, z  
zu lernen, sich ganz auf die  
Mutter einzulassen.  
Während ich neuen Ha  
und mehr. D

Spendenkonto  
Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN: DE98 1002 0500 0003 2509 00  
BIC: BFSWDE33BER



**Alzheimer-  
Gesellschaft  
Berlin e.V.**

Friedrichstraße 236  
10969 Berlin  
Tel 030/89094357  
Fax 030/25796696  
info@alzheimer-berlin.de  
www.alzheimer-berlin.de

- 2 **Impressum**
- 3 **Vorwort**
- 4 **Thema**
  - Angehörige schreiben
- 26 **Wissenswertes**
  - Die Dokumentation der Regionalkonferenz
  - Tanztee im bebop
  - Neue Broschüren der Deutschen Alzheimer Gesellschaft
- 31 **Kalender**
  - Termine, Veranstaltungen, Fortbildungen
- 38 **Benefiz**
- 40 **In eigener Sache**

## Impressum

Mitarbeiterinnen der Redaktion:

Tanja Ebel, Christa Matter, Ursula Ritter,  
Karin Tzschätzsch

Wir bitten Sie um Unterstützung durch kritische Anregungen, Themenvorschläge, eigene Berichte oder durch eine feste Mitarbeit im Redaktionsteam.

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der AGB e.V. oder der Redaktion wieder. Eine Selbstdarstellung von Institutionen ist nicht mit einer Empfehlung durch die AGB e.V. verbunden.

Mit freundlicher Unterstützung der GKV Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe im Land Berlin.

Umschlagabbildung: © Noel Matoff

Der Text auf dem Cover ist ein Ausschnitt aus der Leseprobe von »Bis ich unterm Himmel hänge« von Doris Reckewell und Andrea Jandt, [www.reinhardt-verlag.de](http://www.reinhardt-verlag.de).

Gestaltung: Gesine Krüger, Hamburg

Druck: Meta Druck, Thomas Didier  
[didier@metadruck.de](mailto:didier@metadruck.de), 030/61702147

ISSN 0949-6378

© 2015 Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.

Die *Mitteilungen* erscheinen zweimal jährlich.

Schutzgebühr: 2,- €

## Liebe Leserinnen und Leser,

diese Ausgabe der Mitteilungen ist dem Thema *Angehörige schreiben – aktuelle Literatur* gewidmet. Wir stellen Ihnen Bücher vor, welche Angehörige verfasst haben, die mit Demenzkranken leben. In den meisten Fällen sind es die pflegenden Kinder. So vielfältig wie die einzelnen Schicksale sind auch die Geschichten bzw. Berichte dazu. Sie geben Anregungen zum Umgang mit der veränderten Lebenssituation, in vielen Fällen sehr praktische Hilfen.

Es sind keine Sachbücher, sondern oft lebhaft geschilderte Ereignisse aus dem Zusammenleben mit den Kranken – mit allen Höhen und Tiefen. Für mich ist immer wieder beeindruckend, zu welchen physischen und psychischen Höchstleistungen Angehörige dabei fähig sind.

Eine Erkenntnis zieht sich wie ein roter Faden durch die Geschichten: die Notwendigkeit, sich rechtzeitig Hilfe zu holen, um die Betreuung durchzustehen und eigene Grundbedürfnisse nicht ganz außer Acht zu lassen. Die Weitergabe der vielen gesammelten Erfahrungen durch die Autoren ist sicher eine Hilfe für andere Betroffene.

Ein Buch ist dem Thema Demenz und Gewalt gewidmet – allerdings aus einer eher unerwarteten Perspektive. Es wird die Problematik aggressiven

Verhaltens der Kranken den Pflegenden gegenüber angesprochen und der Umgang damit – sicher ein heikles und sehr sensibles Thema.

Über Rückmeldungen zu unseren Buchbesprechungen freuen wir uns, da jeder Austausch von Meinungen oder Informationen hilfreich ist. Wenn Sie ein Buch gelesen haben, das Sie so angesprochen hat, dass Sie es weiterempfehlen möchten, dann lassen Sie es uns wissen.

Hinweisen möchten wir besonders auf den Bericht über das Benefiz-Fußballspiel zugunsten der Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V., das uns eine stattliche Summe beschert hat. Auch an dieser Stelle danken wir allen Beteiligten, dass sie an uns gedacht haben und freuen uns über den enormen Erlös der gesamten Veranstaltung.

Im Namen des Redaktionsteams grüße ich Sie herzlich und wünsche Ihnen einen schönen Sommer

*Ursula Ritter*

Doris Reckewell und Andrea Jandt

## **Bis ich unterm Himmel hänge**

Eine Ermutigung für Angehörige von Menschen mit Demenz



Doris Reckewell und Andrea Jandt:  
 Bis ich unterm Himmel hänge.  
 Eine Ermutigung für Angehörige von  
 Menschen mit Demenz.  
 Ernst Reinhardt Verlag, München, 2013  
 ISBN 978-3-497-02346-2,  
 95 Seiten, 14,90 €

In der Einleitung des schmalen Bandes benennen die Autorinnen – Andrea Jandt, Leiterin eines Pflegeheimes, und Doris Reckewell, Schriftstellerin und Tochter einer dementen Mutter – ihr Anliegen: Wir möchten »Ihnen als Angehörige helfen, die Ängste, die die Diagnose Demenz bei Ihnen auslöst, besser zu verkraften und zu verarbeiten. Wir möchten dazu beitragen, die Zeit der Schockstarre und des Gefühlschaos zu verkürzen.« ... »Und vor allem möchten wir Sie unterstützen, sich über Ihre Gefühle klar zu werden, Ihre Grenzen zu erkennen und eine Lebenssituation zu finden, die diese Grenzen berücksichtigt.« Auf dem Hintergrund eigenen »Erlebens« und »praxisorientierter Erfahrungen« wendet sich das Büchlein oft in direkter Ansprache an Angehörige demenziell erkrankter Menschen.

Doris Reckewell beschreibt zu Beginn eindrücklich den Gefühlssturm, den die ersten merkwürdigen Verhaltensweisen ihrer Mutter vor der Diagnosestellung bei ihr auslösen: Empörung, Abwehr, Wut, Aggression, Verzweiflung, Selbstmitleid und daraus folgend Beschämung und ein schlechtes Gewissen. Schlaflose Nächte, Angst- und Panikzustände veranlassen die Tochter schließlich, für sich professionelle therapeutische Hilfe in Anspruch zu nehmen. Dies ermöglicht es ihr zunehmend, die neu entstandene Situation besser zu bewältigen und eine einfühlsame Begleiterin ihrer Mutter durch den Krankheitsprozess zu werden. Zusammen mit ihrer Co-Autorin führt sie betroffene Angehörige anhand zahlreicher konkreter Beispiele durch die drei beschriebenen Stadien der Demenz. Emotionale Reaktionen der Kranken und der Tochter stehen dabei immer im Mittelpunkt. Gleichzeitig werden die Leser ermutigt, ihre Gefühle in aktuellen oder künftigen Situa-

onen zu reflektieren und sich damit auseinanderzusetzen. Dabei geht es beispielsweise darum, eigene Widerstände (z.B. Ekel) zu erkennen und immer wieder die eigenen Grenzen auszuloten. Angehörige werden ermutigt, die Betreuung und später die Pflege des Kranken ohne schlechtes Gewissen – teilweise (ambulant) oder ganz (stationär) – in professionelle Hände zu legen und dadurch frei zu werden für eine liebevolle und gelassene Begleitung des kranken Angehörigen. In diesem Zusammenhang wird die »Wohngruppe« als beste Form des Zusammenlebens für Demenzbetroffene außerhalb der Familie empfohlen.

Beiläufig oder in eigenen Abschnitten werden Informationen zur Krankheit, zu Krisen sowie konkrete Vorschläge und Tipps zum Umgang mit den Kranken und schwierigen Situationen beziehungsweise ihrer Vermeidung eingestreut. Die Autorinnen plädieren indirekt für eine möglichst frühe Diagnosestellung, um »sich zusammen mit dem Betroffenen auf das Kommende vorzubereiten.« Schließlich wird der Angehörige – so die Botschaft – die Beziehung und Kommunikation mit der immer sprachloseren dementen Person am besten gestalten, wenn es ihm gelingt, die Krankheit zu akzeptieren, der Vergangenheit nicht nachzutruern, sondern mit dem Kranken ganz in der Gegenwart zu leben.

Die Autorinnen beschließen ihr Buch mit Gedanken zum Sterbeprozess und mit der Angst von Angehörigen, selbst dement zu werden. Die Tochter glaubt, dass der gelungene Umgang mit den eigenen Gefühlen eine mögliche Prävention gegen Demenz ist – eine gewagte Annahme, die wohl auf den in der Therapie gewonnenen Erkenntnissen beruht. Dies führt sie näher zur Religion beziehungsweise zu philosophischen und ethischen Überlegungen.

Dieser Schluss zeigt: Es ist ein sehr persönliches Buch, dessen Wert vor allem in den authentischen Erfahrungen der Autorinnen wurzelt. Es streift – worauf ausdrücklich hingewiesen wird – »nur am Rande« faktische, medizinische und wissenschaftliche Aspekte der Demenz. Unnötig verwirrend finde ich die Formulierung, der Begriff Demenz bezeichne nicht die Krankheit selbst, sondern die Symptome, die sich aus ihr ergeben. Dies wird an zahlreichen Stellen mit Ausdrücken wie »Diagnose Demenz« oder »demenzielle Krankheit« selbst widerlegt. Vermisst habe ich einen ausdrücklichen Hinweis auf den hohen Stellenwert von (angeleiteten) Selbsthilfegruppen zur Entlastung pflegender Angehöriger, die für diese in vielen Fällen eine Therapie ersetzen dürften. Die in einem Nebensatz erwähnte Empfehlung, vielleicht mit anderen betroffenen Angehörigen zu reden, um die Angst vor dem, was kommt, zu mindern, reicht meines Erachtens nicht aus! Auch könnte es für den Leser bisweilen etwas mühsam sein, zwischen den zahlreichen anschaulichen Schilderungen von »irritierenden Vorkommnissen« des Alltags und emotionalen Reaktionen der Beteiligten den roten Faden des Krankheitsverlaufs im Blick zu behalten. Trotzdem: Angehörige von Demenzkranken dürften sich unmittelbar angesprochen und verstanden fühlen. Sie finden viele nützliche Anregungen, und dies in kurzer Form und in lesefreundlich großem Druck – ein Pluspunkt im begrenzten Zeitbudget pflegender Angehöriger.

*Karin Tzschätzsch*

Udo Baer und Gabi Schotte-Lange (2013)

## Das Herz wird nicht dement

Rat für Pflegende  
und Angehörige



Eine Girlande tränender Herzen auf hellblauem Einband über dem gleichfalls magentafarben gehaltenen Haupttitel suggeriert eine weitere populäre Schrift in der Fülle von Ratgebern zum Thema Demenz. Weit gefehlt: Die Autoren legen mit ihrem Buch ein anspruchsvolles Werk vor, das sich nicht rasch konsumieren lässt und sich nur bedingt für Angehörige unter Dauerstress und ohne Vorwissen eignet. Zudem weisen die Autoren mehrfach und zu Recht darauf hin, dass es für den Umgang mit demenzkranken Menschen keine einfachen Patentrezepte gibt, vielmehr gelte es, die Individualität jedes Betroffenen in ihrer Einmaligkeit zu erfassen und sensibel darauf zu reagieren. Also auch der Untertitel ist eher irreführend.

Die Autoren möchten dem Leser in einer ganzheitlichen Sichtweise vermitteln, »wie Menschen mit Demenz gewürdigt und in Würde begleitet werden können.« Dazu postulieren sie zunächst ein erweitertes Verständnis des Gedächtnisses, das sie »Leibgedächtnis« (weitgehend identisch mit dem impliziten Gedächtnis) nennen und das alle Sinneserfahrungen im Laufe eines Lebens einverleibt. Dieses Gedächtnis der Sinne, des Körpers, das situative Gedächtnis – zusammengefasst als »Gedächtnis des Herzens« – funktioniert noch lange, wenn das Gedächtnis des Denkens längst zerrüttet sei. Und es könne Brücken zum Gedächtnis des Denkens bauen, »je mehr das Herz berührt wird.« Diese Annahme wird später ergänzt durch Erkenntnisse der Neurobiologie über die Zusammenhänge zwischen Denken und Fühlen im Wahrnehmungs- und Lernprozess. Die Autoren vertreten die These, »dass die Demenz eine Störung des neuronalen Bewertungssystems ist, in dem neue Erfahrungen mit alten über das Limbische System

verknüpft werden. Demenz ist also nicht nur eine Störung kognitiver Prozesse, sondern hat vor allem mit emotionalen Bewertungsprozessen zu tun«, also zum Beispiel der Unterscheidung von wichtig und unwichtig. Hier wird der Begriff vom »inneren Ort der Bewertung« von Carl Rogers eingeführt.

Innerhalb dieses theoretischen Rahmens begeben sich die Autoren mit zahlreichen Beispielen in die Gefühls- und Erlebenswelt demenziell erkrankter Menschen und versuchen, den »Subtext« zu verstehen, wertschätzend aufzugreifen und zu würdigen. Den häufigen Gefühlen Scham, Angst, Schuldgefühle, Trauer, Aggressivität und (Fehlen von) Geborgenheit ist ein eigenes Kapitel gewidmet. Ein weiterer Abschnitt befasst sich mit vier ungünstigen Bewältigungsstrategien: (Verbergen, Flucht, Erstarren, Vorwärts-Verteidigung), die zu sozialem Rückzug und Einsamkeit der Betroffenen führen können. Kompetenzorientierte Ermutigung kann die Isolation durchbrechen.

In dem Kapitel »Was Menschen mit Demenz brauchen« stellen die Autoren ihr SMEI-Konzept für eine erlebensorientierte Alltagsgestaltung vor: SensoMotorische Erlebniszentrierte Interaktion. Dieses wird weniger als Methodensammlung verstanden, vielmehr als eine Haltung, die sich an fünf Leitsätzen orientiert: Würde, Würdigung der Ressourcen, Würdigung der Beziehung und Resonanz sowie Würdigung des Erlebens. Die Ausführungen resümieren und vertiefen die zuvor dargestellten Inhalte. Bevor im letzten Kapitel »Ausklang« noch einmal eindringlich »Würde bis zuletzt« eingefordert wird, widmen sich die Autoren ausführlich dem, was Pflegende brauchen.

Das Buch beeindruckt durch einen zutiefst menschlichen Blick auf demenziell Er-

krankte. Diese Haltung bestimmt – im Sinne des humanistischen Ansatzes von Carl Rogers – den Umgang mit den Betroffenen, wie sie mit einer Fülle von Beispielen belegt wird. Viele »Behandlungsweisen« sind bekannt, werden hier jedoch theoretisch begründet. Der in dem Buch gezeigte einfühlsame, oft therapeutische Umgang mit den Kranken erfordert allerdings eine qualifizierte Ausbildung der Pflegenden, wie sie selten gegeben sein dürfte. Auch wenn die Autoren meinen, »mit vielem des hier Gesagten kann und sollte sofort begonnen werden ...«, so muss ich ihnen doch vor allem zustimmen, wenn sie betonen: »Die Rahmenbedingungen für die Begleitung von Menschen mit Demenz müssen verbessert werden.«

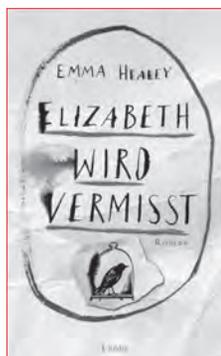
*Karin Tzschätzsch*

Udo Baer und Gabi Schotte-Lange:  
Das Herz wird nicht dement.  
Rat für Pflegende und Angehörige.  
Beltz Verlag, Weinheim und Basel, 2013  
ISBN 978-3-407-85966-2, 12,95 €

Emma Healey

**Elizabeth wird vermisst**

Roman



Protagonistin des vorliegenden Romans ist Maud, die uns – auf einer aktuellen Ebene – ihr Leben aus der Perspektive einer demenzkranken Frau erzählt. Lange Zeit versucht sie, ihre Vergesslichkeit mit Notizzetteln zu überlisten, um sich immer häufiger zu fragen, was das Aufgeschriebene zu bedeuten hat. Wir nehmen an Mauds Alltag teil, in dem sie sich oft desorientiert, ratlos und ängstlich verliert. Situationen werden falsch gedeutet, alltägliche Verrichtungen misslingen. Und doch bietet das eigene Haus auch Sicherheit und Geborgenheit. Diese versuchen auch Tochter Helen, die täglich nach ihrer Mutter schaut, die Enkeln Katy und die Pflegerin Carla zu bieten. Maud weiß oftmals nicht, worum es in den Gesprächen mit ihrer Tochter oder anderen Personen geht, aber sie spürt sehr genau, ob man sie ernst nimmt, es gut mit ihr meint oder ungehalten ist. Am Seufzen ihrer Tochter erkennt Maud, wenn sie von einer Frage oder Bemerkung wieder einmal genervt ist.

Als roter Faden zieht sich durch die Geschichte die Suche Mauds nach ihrer Freundin Elizabeth, die sie weder telefonisch erreichen kann noch in ihrem nahe gelegenen Haus antrifft. Der Zettel »Elizabeth wird vermisst« soll sie an ihr wichtiges Anliegen erinnern. Und doch verliert sie wie so oft den roten Faden und gerät durch bestimmte Ereignisse, Personen oder Merkmale der Situation in ihre Vergangenheit – die zweite Ebene des Romans. Dort, in den ersten Nachkriegsjahren, lebt sie als Kind mit ihren Eltern und dem Untermieter Douglas in dem Haus, das sie noch jetzt bewohnt. Ihre sieben Jahre ältere Schwester Susan, »Sukey«, ist mit Frank verheiratet, der ein Umzugsunternehmen betreibt und die Familie erstaunlich oft mit Lebensmitteln jenseits der zugewiesenen

Rationen versorgt. Das Haus der Schwester ist vollgestellt mit Antiquitäten und Dingen aus Haushaltsauflösungen. Elizabeth' Haus, in das Maud mehrmals durch die Fenster späht, wirkt dagegen ungewohnt aufgeräumt und leer. Dabei war Elizabeth doch eine unermüdliche Sammlerin von (hässlichem) Porzellan und Majolika.

Auf der Vergangenheitsebene entwickelt sich der Roman zu einer Kriminalgeschichte um die verschwundene Schwester Sukey; im aktuellen Geschehen schreitet Mauds Erkrankung fort und veranlasst die Tochter schließlich, Maud zu sich zu holen. Der Roman treibt auf eine Verknüpfung zwischen Elizabeth' und Sukeys Verschwinden zu. Mehr sei nicht verraten.

Die junge Autorin versteht es sehr gut, sich in die Welt eines an Demenz erkrankten Menschen hineinzusetzen. Diese zerfällt wie ein Puzzle zunehmend in ihre Einzelteile, die eher zufällig hier und da manchmal wieder zusammenpassen. Neben persönlichen Erfahrungen verfügt Emma Healey offenbar auch über Wissen um die Krankheit. Allerdings wird die Vergesslichkeit der alten Dame sprachlich arg überstrapaziert, wenn sie gefühlt unzählige Male feststellt: »Es will mir einfach nicht einfallen.« Und auch bei aller Würdigung des lange erhaltenen Altgedächtnisses Demenzkranker kontrastieren die chronologischen Erinnerungen an die 70 Jahre zurückliegenden Geschehnisse in ihrer Folgerichtigkeit und Stringenz doch erheblich mit dem zerstörten Zeitgitter der erzählenden Maud. Aber das ist die Freiheit des Romans.

*Karin Tzschätzsch*

Emma Healey:  
Elizabeth wird vermisst  
Roman.  
Bastei Lübbe AG, Köln, 2014  
ISBN 978-3-7857-6110-6,  
348 Seiten, 14,99 €

Barbara Keifenheim

## Im Entschwinden so nah – Abschied von meiner Mutter

Ein Alzheimer-Tagebuch



Die Alzheimer-Krankheit ist kein Einzel-schicksal und sie trifft im wahrsten Sinne des Wortes nicht nur die Betroffenen selbst, sondern auch ihre Angehörigen, Freunde, das ganze soziale Umfeld. Mehr als eine Million Menschen in Deutschland und somit auch deren Angehörige sind von diesem Schicksal betroffen.

Aus Sicht der Tochter wird der Krankheitsverlauf der an Alzheimer erkrankten Mutter beschrieben, aber nicht nur der Verlauf der Krankheit, sondern auch die eigene Lebensgeschichte mit der Mutter, dem Vater, die eigene Kindheit, das Elternhaus, das Erwachsenwerden sind Themen der Ich-Erzählerin.

Rückblickend beobachtete die Familie 2002 erste Anzeichen, die als solche aber noch nicht erkannt wurden. 2007 wurde »Alzheimer« als mögliche Ursache für das veränderte Verhalten der Mutter in ihren Gedanken erwogen und 2008 wurde dann die Diagnose gestellt.

Was macht die Krankheit mit einem Menschen, was verändert sich, welchen Kampf führen die Kranken, welchen die Familien?

»Ein schwieriges Thema ist die Frage, ob die eklatanten Auffälligkeiten ausschließlich typische Ausdrucksformen der Alzheimer-Demenz sind oder ob die Krankheit bestimmte Züge ihrer Persönlichkeit [der Mutter, CM] und eingefeischte Verhaltensmuster verschärft. Damit schlage ich mich die ganze Zeit herum und werde immer wieder mit meiner ambivalenten Mutterbeziehung konfrontiert.«

Die Autorin beschreibt ihren Lernprozess im Umgang mit der alzheimerkranken Mutter. Detailgenau hält sie ihre Beobachtungen fest und gibt somit wertvolle Tipps für Angehörige zum Umgang mit der Krankheit, aber auch mit den eigenen Gefühlen.

»Als wir damit aufhörten, wurde uns schmerzlich bewusst, dass sich der Vater von der Ehefrau, wir Töchter von der Mutter und Maya von der Großmutter ein Stück verabschieden mussten. Zunächst verzichteten wir auf Kommentare und Korrekturen. Dann betraten wir zögernd den unsicheren Boden einer weder ihr noch uns vertrauten Wirklichkeit.«

Den Umstand, die Krankheit als Tatsache anzunehmen, die nicht veränderbar ist, ermöglicht es ihr und der Familie, sich auf neue Kommunikationswege einzulassen und die Beziehung neu zu gestalten. »Die manchmal schleichende, manchmal sprunghafte Fortentwicklung der Krankheit verändert nicht nur Mutter, sondern uns alle und unsere Beziehungen untereinander und zu uns selbst.«

Es gibt viele Beschreibungen, Situationen, in denen sich auch andere Angehörige wiederfinden werden und sie können von dem reichen Erfahrungsschatz der Autorin profitieren. Auch Trost spendet die Autorin, denn es gibt immer wieder schöne Momente, manchmal auch heitere Episoden, die dazu beitragen, den Weg gemeinsam zu gehen.»Mich auf Mutters gefühlte Welt einzulassen, mobilisierte kostbare Kräfte: Gefühle und Kreativität im Umgang mit ihr und weiterwirkend mit allen Menschen, denen ich begegne.«

Das Buch ist nicht nur ein Bericht über eine kranke Mutter, sondern vielmehr auch eine Schilderung der Beziehung zwischen Mutter und Tochter. Ich wünsche dem Buch viele Leser.

Vor allem Angehörige werden sich in diesem Buch wiederfinden, aber auch für Fachkräfte enthält es viele wertvolle Informationen, die auch den Blick auf die Angehörigen lenken.

*Christa Matter*

Barbara Keifenheim:  
Im Entschwinden so nah –  
Abschied von meiner Mutter.  
Ein Alzheimer-Tagebuch  
Herder Verlag, 2015,  
ISBN 978-3-451-34750-4,  
208 Seiten, 17,99 €

Bettina Michel mit Eva Mohr

## Papa, ich bin für dich da

Wie Sie Demenzkranken  
helfen können



Schon das Bild auf dem Buchumschlag vermittelt die Botschaft: Ich stehe hinter dir und versuche, dich weiterhin fröhlich am Leben teilhaben zu lassen. Das habe ich auch als zentrales Anliegen der Autorin verstanden: das Bemühen um den Erhalt der Würde ihres Vaters, Wahrung bzw. Teilwiederherstellung seiner Persönlichkeit und ein zufriedenes Leben bei größtmöglicher Selbständigkeit.

Das sind hohe Ziele und man muss natürlich daran erinnern, dass es in diesem Fall besondere Bedingungen gibt: die Möglichkeit einer 24-Stunden-Betreuung im eigenen Haus, sich den Bedürfnissen des Kranken rund um die Uhr ausschließlich widmen zu können und im Bedarfsfall Aushilfsbetreuung zu haben. Ein Glücksfall ist sicher auch die Unterstützung durch einen Arzt ihres Vertrauens, den man auch nachts anrufen kann. Zu den Besonderheiten dieser Lebenssituation gehört auch, dass es sich bei Rudi Assauer um einen Prominenten handelt. Die Tatsache, dass Vater und Tochter sich erst sehr spät im Leben kennenlernen und der daraus resultierende emotionale «Nachholbedarf» spielen bestimmt auch eine Rolle – beides kann hier nicht weiter behandelt werden. Die besondere Vater-Tochter-Beziehung zieht sich als emotionaler roter Faden durch das Buch.

Die Besonderheit der Beziehung verleiht der Autorin sicher zusätzliche Kräfte, den Alltag zu bewältigen. Ihre Bemühungen, sich der Krankheit zupackend, aber gleichzeitig fröhlich entgegenzustellen, sind beeindruckend. Dazu gehören: verschüttete Kompetenzen trainieren, noch vorhandene durch Training erhalten, für Wohlbefinden (zum Beispiel durch Liebessessen, Zigarrenrauchen, körperliche Nähe), für Abwechslung und für Anregungen sorgen, den Kranken

körperlich möglichst fit halten, Maßnahmen für die Sicherheit des Kranken ergreifen und aufpassen, dass er nicht in der Öffentlichkeit bloßgestellt wird. Roter Faden hier: die Krankheit annehmen, aber alles tun, um sie aufzuhalten.

Das Buch ist übersichtlich strukturiert, gut lesbar, da auch lebhaft und praxisnah erzählt. Bei der Schilderung der Krankheitsentwicklung wird mancher Leser eigene Situationen wiederfinden: erste Anzeichen der Krankheit bis hin zur Diagnose, vorsichtiges Herantasten der Umwelt und Einstellung auf die neue Situation, Arztbesuche und endlich die völlige Einstellung des Alltags auf den Kranken. Das alles wird von der Autorin kompromisslos deutlich, ohne Tabuthemen, dafür aber mit großer Herzlichkeit beschrieben.

Ein Aspekt scheint mir besonders wichtig, nämlich das Bekanntmachen der Erkrankung von Rudi Assauer. Ich denke, dass dieser Schritt nicht einfach war, aber er macht deutlich, dass man sich erst wirklich auf die neue Situation einstellen kann, wenn alle ehrlich damit umgehen.

Das Buch bietet nützliche Tipps und Hinweise für den Alltag mit dem Erkrankten, aber auch Sachinformationen aus der Feder eines Laien, gegeben von einem Fachmann. Anschaulich finde ich den bildhaften Vergleich der Krankheit mit einer Bibliothek, aus der nach und nach immer das letzte Buch verschwindet; oder der Vergleich mit einem Kartenhaus, aus dem unbemerkt über eine lange Zeit wichtige Karten verschwinden, bis irgendwann das Gebäude völlig zusammenstürzt.

Der letzte Teil des Buches ist ein durchweg praktischer – wo bekommt man welche Hilfe, wie sind Pflegestufen definiert u.a.

Ich kann mich dem Etikett auf dem Umschlag des Buches anschließen: Ein bewegender Ratgeber der Tochter von Rudi Assauer.

*Ursula Ritter*

Bettina Michel mit Eva Mohr:  
Papa, ich bin für dich da.  
Wie Sie Demenzkranken helfen können.  
mgv Verlag (Münchner Verlagsgruppe GmbH), 2014, ISBN 978-3-86882-528-2,  
223 Seiten, 17,99€

Ulrike Strätling

## Und plötzlich hieß ich Martha

Zehn Jahre mit meiner demenzkranken Mutter



In dem Buch beschreibt die Autorin die lange Krankengeschichte ihrer Mutter – von den ersten Anzeichen der Krankheit bis zu der Unterbringung in einem Pflegeheim. Als sie merkt, dass ihre Mutter auch bei größtmöglicher Unterstützung nicht mehr allein leben kann, treffen ihr Mann und sie zunächst die Entscheidung, die Mutter bei sich aufzunehmen.

Das Buch beginnt mit der Schilderung der ersten Nacht des gemeinsamen Wohnens, die damit verbundenen Hoffnungen und Wünsche und die momentane Erleichterung. In vielen kurzen Kapiteln erzählt die Autorin sehr »spontan« von der sich ständig verändernden Lebenssituation, die in den zehn Jahren zu zwei Wohnungswechseln führt, um auf die Bedürfnisse der Mutter besser eingehen zu können. Es ist außergewöhnlich, dass beide – die Autorin und ihr Mann – die einzelnen Phasen der Krankheit nicht nur ertragen, sondern sich immer neu darauf einstellen, zum Beispiel als die Mutter plötzlich auf alles spuckt oder klopft, laut singt oder Sachen aus dem Fenster wirft, Dinge versteckt oder wegwirft. Die Wohnung wird praktisch bzw. spartanisch eingerichtet, eigene Bedürfnisse der beiden verdrängt.

Die Autorin bemerkt erst spät – wie sie selbst sagt zu spät – dass ihre und die Kräfte ihres Mannes aufgebraucht sind und sie natürlich auch durch die 24-Stunden-Betreuung in eine soziale Isolation geraten sind. Durch eine Selbsthilfegruppe gelingt der Autorin eine Art Neuausrichtung und das Annehmen von Hilfe. Sie hat bei allen Hilfen, die nötig werden, das Glück, auf freundliche und motivierte Helfer zu treffen. Ein besonders glücklicher Umstand ist ganz bestimmt auch die Tatsache, dass ihr Mann mit gleicher Zuwendung, Intensität und Opferbereitschaft

seine Schwiegermutter pflegt und das gemeinsame Leben komplett darauf ausrichtet.

Sehr intensiv werden Alltagssituationen beschrieben, die kaum vorstellbar bzw. aushaltbar erscheinen. Der Leser gewinnt den Eindruck, dass wirklich nichts unterlassen wurde, um das Leben der erkrankten Mutter erträglich zu machen und ihre Würde zu erhalten. Als die Mutter schließlich auch künstlich ernährt werden muss, ist die Pflege zu Hause bald nicht mehr zu schaffen. Aus einem Aufenthalt in der Kurzzeitpflege wird eine dauerhafte Unterbringung im Pflegeheim. Da die Bedingungen dort offenbar sehr gut sind, kann die Autorin langsam wieder in ein selbstbestimmtes Leben zurückkehren. Auch die dabei auftretenden Schwierigkeiten werden beschrieben und der Schluss gezogen, dass die Entscheidung für die Unterbringung in einem Heim früher hätte getroffen werden müssen. Insgesamt zieht die Autorin das Fazit, dass das Annehmen von Hilfe und das Abgeben von Verantwortung zu einem viel früheren Zeitpunkt zu empfehlen ist – sie nennt es im letzten Kapitel Loslassen.

Das Buch dient – wie alle Berichte pflege-der Angehöriger – erfolgreich dem Zweck, Erfahrungen jeder Art als Orientierung für andere weiterzugeben.

*Ursula Ritter*

Ulrike Strätling:

Und plötzlich hieß ich Martha. Zehn Jahre mit meiner demenzkranken Mutter.

Brunnen Verlag, Gießen, 2013

ISBN 978-3-7655-4206-0, 160 Seiten, 8,99 €

Bernd Eichmann

## Vatter baut ab

Eine Geschichte von Demenz und Liebe. Roman



Bernd Eichmann, Jahrgang 1953, ist Journalist und Schriftsteller in Berlin. Im vorliegenden autobiographischen Roman berichtet er über die Demenzerkrankung seines Vaters und die gemeinsam verbrachten letzten zweieinhalb Jahre, bevor der Vater stirbt.

»Vatter« lebt in Ostwestfalen, bis der Sohn einen Notruf der Haushälterin erhält. »Was ich dann vorfinde, ist so unerwartet wie erschreckend: ein abgemagerter, verstörter Vater. Eine verstaubte, verwahrloste Wohnung mit seltsamen Flecken auf den Teppichböden. Eine verkrustete Dusche. Kaum brauchbare Kleidung. Ein ausgereiztes Konto. Es muss sofort etwas geschehen!« Es folgt der Umzug des Vaters zum Sohn nach Berlin. Der Sohn übernimmt liebevoll kreativ die tägliche Pflege und es entwickelt sich eine intensive Bindung zwischen den beiden Männern.

Dem Autor gelingt es durch seinen heiterdokumentarischen Stil dem Leser die unterschiedlichsten Alltagssituationen der beiden Männer auf unterhaltsame Weise zu erzählen. Diese Situationen sind in einer Art Kurzkapitelsammlung in vielen kleinen Themenbereichen aneinandergereiht und machen das Lesen leicht. Wir begleiten Vater und Sohn in die Welt der Pflegesituationen, die teilweise ihre ganz eigene Tragikkomik haben. Bernd Eichmann ist es gelungen, mit einem Augenzwinkern die Eigenarten seines demenzkranken Vaters zu schildern, so dass man nicht nur einmal ins Schmunzeln kommt.

Gut gefallen haben mir auch die Kapitel, in denen sich der Sohn mit der Kriegsvergangenheit seines Vaters auseinandersetzt und die besonders auch eine große Sympathie für »Vatter« bei mir hervorgerufen haben.

Das Unvermeidliche kommt: »Vatter« stirbt und hinterlässt beim Sohn eine große Leere. Spürbar sind die Dankbarkeit für eine intensive Zeit und eine große Liebe.

*Tanja Ebel*

Bernd Eichmann:  
Vatter baut ab. Eine Geschichte von  
Demenz und Liebe. Roman  
Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh,  
2013, ISBN 978-3-579-07060-5,  
192 Seiten, 17,99 €

Karin Schels

## Denk auch an Dich!

Wie pflegende Angehörige den Alltag gelassen meistern



Karin Schels: Denk auch an Dich!  
 Wie pflegende Angehörige den Alltag  
 gelassen meistern.  
 Ernst Reinhardt Verlag München-Basel,  
 2015, ISBN 978-3-497-02509-1,  
 167 Seiten, 16,90 €

Denk auch an Dich! Leichter gesagt als getan – viele pflegende Angehörige wissen nur zu gut, wie schwer es sein kann, sich im herausfordernden Pflegealltag auch auf die eigenen Bedürfnisse zu besinnen und diesen nachzugehen. Das Buch von Karin Schels veranschaulicht an Hand vieler Beispiele wie wichtig es aber ist, auch für sich selbst zu sorgen und gibt dafür zahlreiche leicht anwendbare Anregungen und Tipps. Zum Beispiel thematisiert Schels die Wichtigkeit, sich kleine Erholungsinseln im Tagesablauf zu schaffen und schreibt dazu: »Formulieren Sie Ihre Wünsche ganz konkret. [...] Alles, was Sie nicht fordern, werden Sie mit Sicherheit nicht bekommen. Sie können also nur gewinnen. Ergänzen Sie anschließend konkret, was Sie tun und wen Sie einbinden können, damit Ihre Bedürfnisse erfüllt werden.« Diese konkreten Beispiele sind durch Symbole hervorgehoben und lockern den auch sonst sehr angenehm zu lesenden Text auf. Zu Beginn des Buches regt die Autorin dazu an, eigene Einstellungen, Motive und Gedanken zu hinterfragen. So erläutert sie, wie pflegende Angehörige davon profitieren können, mit sich selbst wertschätzender umzugehen in dem sie beispielsweise die eigene Bewertung »ich kann das nicht!« umformulieren in ein »ich kann das noch nicht«. Abgerundet wird das Buch durch ein Kapitel zum Thema Gesundheit, in welchem konkrete Anleitungen für verschiedene Entspannungsübungen und einfache Rückengymnastik zu finden sind. Den Anhang bilden Checklisten und Fragebögen, auf die in den vorangegangenen Kapiteln Bezug genommen wurde. Insgesamt ein sehr lesenswertes Buch, das Mut macht, auch für sich selbst und nicht nur für andere da zu sein.

Laura Grimm

David Sieveking

## Vergiss mein nicht

Wie meine Mutter ihr Gedächtnis verlor und ich meine Eltern neu entdeckte



David Sieveking: Vergiss mein nicht. Wie meine Mutter ihr Gedächtnis verlor und ich meine Eltern neu entdeckte. Herder Verlag, Freiburg, 2014, ISBN 978-3-451-06528-6, 240 Seiten, 8,99 €

David Sievekings Film über seine Mutter, die an Demenz erkrankt war und mittlerweile verstorben ist, kam Ende 2012 in die Kinos. Der Film begleitet die Eltern aus einer sehr dichten, persönlichen Perspektive, er ist liebevoll und tief beeindruckend. Beinahe noch näher fühlt man sich Gretel und Malte Sieveking in dem Buch, das ihr Sohn unter dem gleichen Titel veröffentlicht hat: Ein Paar, das seit der Heirat in den 1960er Jahren eine unkonventionelle, offene Ehe geführt hat, die aber – wie der Sohn so langsam feststellt – nicht immer für beide Seiten unproblematisch war. Die zunehmenden Veränderungen von Gretel, ihre Vernachlässigung des Haushalts nimmt Malte mit ärgerlicher Resignation wahr. Für David, der seine Eltern nur einige Male im Jahr besuchen kommt, häufen sich die irritierenden Erlebnisse. »Weihnachten war bei uns definitiv nicht mehr das, was es einmal gewesen war. Kinderland war abgebrannt! Dieses Jahr lagen keine Geschenke auf dem Gabentisch, sondern die Überraschung waren Staubfahnen und Dreck im Wohnzimmer.«

Leider dauert es trotz deutlicher Hinweise sehr lange, bis die Demenzdiagnose feststeht. Bei den Untersuchungen legt Gretel jeweils eine erstaunliche Kompetenz an den Tag, was die Familie zusätzlich verunsichert.

Das Buch begleitet die Familie durch Gretels Krankheit bis zu ihrem Sterben im eigenen Bett. Es ist realistisch, nicht geschönt und doch liebevoll und zutiefst berührend.

Der ebenfalls sehr sehenswerte Dokumentarfilm ist seit August 2013 auf DVD und Blue-ray Disc im Handel erhältlich.

*Susanna Saxl*

*Rezension der gebundenen Ausgabe in: Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V., Alzheimer Info 04/2013*

21.9.2015

welt-

Alzheimertag 2015

Das Motto:

Demenz –  
Vergiss  
mich nicht.

Paulina Boss

## Da und doch so fern

Vom liebevollen Umgang  
mit Demenzkranken



Eine Demenzerkrankung ist nicht nur für die Betroffenen selbst, sondern insbesondere für deren Angehörigen eine starke Belastung. Oft übernehmen sie jahrelang die Betreuung einer geliebten Person, die physisch zwar präsent, psychisch aber abwesend ist.

Pauline Boss, amerikanische Familientherapeutin, hat dafür den Begriff »ambiguous loss«, ein »uneindeutiger, unklarer Verlust« geprägt. Sie stellt die Beziehung zu den Demenzkranken in den Fokus: Dabei gibt es keine Klarheit oder Eindeutigkeit, sondern nur sowohl-als-auch.

Demenz bedeutet sowohl Abschied nehmen von der gewohnten Kommunikation, von Fähigkeiten, von Zukunftsplänen, dem gegenseitigen Mitdenken und Mitfühlen als auch Gemeinsamkeit, schöne Momente, Neues zu lernen. Anhand von sieben Strategien zeigt Pauline Boss pflegenden Angehörigen einen gangbaren Weg auf, wieder Zuversicht und innere Stärke zu gewinnen. Beispiele sind Kontrolle und Akzeptanz ausbalancieren, Lernen, mit gemischten Gefühlen zu leben und neue Hoffnungen und Träume suchen.

Ein einfühlsames Buch, das in verständlicher Sprache und angereichert durch viele Beispiele zum Nachdenken und Nachahmen einlädt.

*Helga Schneider-Schelke*

Paulina Boss: Da und doch so fern – Vom liebevollen Umgang mit Demenzkranken. Rüffer und Rub Verlag, Zürich, 2014, ISBN 978-3-907625-74-3, 240 Seiten, 29,80€

Ulrike Strätling

## So ein schöner Tag

Vorlesegeschichten für  
Menschen mit Demenz



Das Buch ist eine Sammlung kurzer Geschichten zum Vorlesen. Sie sind einer Vielzahl von Themen zugeordnet, zum Beispiel Familie, Alltag, Wünsche, Tiergeschichten, Jahreszeiten u.a.m. Das ist praktisch und sicher hilfreich bei der Auswahl. Das Taschenbuchformat entspricht ebenfalls dem Zweck der schnellen Verfügbarkeit, da man es bei sich haben kann.

Die Geschichten sind – so wie auf der Buchrückseite angekündigt – in einfachen Sätzen erzählt und kurz. Auch das ist zweckmäßig, da die Konzentration der Zielgruppe sicher rasch nachlässt. Man merkt den Geschichten an, dass die Autorin Erfahrung hat im Umgang mit Demenzkranken und ihren Bedürfnissen.

Die Autorin nimmt auch Bekanntes auf und passt es an, zum Beispiel macht sie aus einem Lied (»Ein Loch ist im Eimer«) eine Geschichte. Hier weist sie auf das Original hin; den Hinweis habe ich an anderen Stellen vermisst. Die Geschichte »Umzug« nach Herzhausen zum Beispiel entspricht ziemlich genau Astrid Lindgrens Geschichte »Pelle zieht aus«.

Die Geschichten bzw. Gedichte, bei denen Reimwörter gefunden werden müssen, machen den Zuhörern sicher viel Spaß, weil sie dabei aktiv sein können und die Lösung der Aufgabe ein Erfolgserlebnis ist.

Ich kann mir vorstellen, dass man über die meisten Geschichten gut reden kann, weil sie eine bestimmte Botschaft haben, an Kindheitserfahrungen erinnern, an Familienereignisse, an selbst Erlebtes. Bei manchen Geschichten erkennt man etwas deutlich den geplanten Redeanlass, sie wirken sehr konstruiert zum Beispiel Koste es, was es wolle. Dann muss man sich immer wieder daran erinnern, dass man die Geschichte als Gesunder liest.

Es ist sicher schwierig, Vorlesegeschichten für Menschen mit Demenz zu schreiben, da man wahrscheinlich nur schwer die Reaktion der Zuhörer einschätzen kann. Die vorliegenden Geschichten sind thematisch so vielfältig und sind so »behutsam« und liebevoll erzählt, dass wahrscheinlich jeder etwas findet, der eine Geschichte zum Vorlesen sucht.

*Ursula Ritter*

Ulrike Strätling: So ein schöner Tag.  
Vorlesegeschichten für Menschen  
mit Demenz.  
Brunnen Verlag, Gießen, 2015  
ISBN 978-3-7655-4253-4, 128 Seiten,  
8,99 €

Udo Baer, Gabriele Frick-Baer, Gitta Alandt

## Wenn alte Menschen aggressiv werden

Demenz und Gewalt – Rat für Angehörige und Pflegende



»Heraus aus dem Tabu« ist der Titel des Vorworts und benennt ganz klar das Anliegen der Autoren mit diesem Buch. Es geht hier vor allem um die Würde der Pflegenden und darum, dass es Zeit ist, das Gefühl des Alleinseins mit diesen Erfahrungen für die Pflegenden in den Familien und auch als Profis zu beenden.

Das Thema aggressives Verhalten von pflegebedürftigen alten Menschen, ob mit oder ohne Demenz, wird aus der Tabuzone geholt und beim Namen genannt, mit klaren, aber würdevollen und wertschätzenden Worten für alle Seiten. Sowohl die unterschiedlichen Quellen der Gewalt und Aggressivität werden beschrieben als auch die Auswirkungen der erlebten Gewalt auf die Betroffenen. Die vielen eingeschobenen Beispiele aus der Sicht professionell Pflegender wie auch von Angehörigen pflegebedürftiger Menschen sind gut gewählt und spiegeln oft erlebte Situationen wieder.

Im zweiten Teil des Buches werden praxisnahe und konkrete Hilfen im Umgang mit aggressiven und gewalttätigen Pflegebedürftigen aufgezeigt. Ein gesondertes Kapitel beschäftigt sich hier mit der Entstehung von schwierigen Situationen bei Demenz, die durch die Besonderheiten der Erkrankung in aggressivem Verhalten münden können. Die Beispiele hier sind gut gewählt und für den Leser eindeutig nachvollziehbar. Die Autoren geben Tipps, wie Aggressivität im Vorfeld vermeidbar ist oder auch Tipps zur »Deeskalation«.

Das letzte Buchkapitel, das mit »Der Weg der Würde« betitelt ist, rundet das Thema Gewalt gut ab und benennt sehr gelungen die »vier Monster der Entwürdigung«, die da wären Gewalt, Erniedrigung, Beschämung und die Nichtbeachtung von Gewalterfahrungen.

Ein starkes Plädoyer für einen anderen, vor allem offenen solidarischen Umgang mit allen Pflegenden, die in der Ausübung ihrer Tätigkeit Gewalt erfahren haben.

Hier ist ein gutes, Mut machendes und vor allem verständnisvolles Buch gelungen, das sowohl für Profis als auch für die familiäre Pflege bestens geeignet ist.

*Tanja Ebel*

Udo Baer, Gabriele Frick-Baer,  
Gitta Alandt: Wenn alte Menschen  
aggressiv werden. Demenz und Gewalt –  
Rat für Angehörige und Pflegenden  
Beltz Verlag, Weinheim und Basel, 2014,  
ISBN 978-3-407-85986-0,  
156 Seiten, 14,95 Euro

## Informationen und Berichte

Die Dokumentation der  
Regionalkonferenz zum  
Thema **Herausforderung  
Demenz – Initiativen und  
erfolgreiche Praxis in Berlin**,  
die im Rathaus Charlottenburg  
am 3.12.2014 stattgefunden  
hat, steht nun zur Verfügung.

*Rund 180 Teilnehmerinnen und Teilnehmer  
aus den Bereichen Gesundheit und Soziales,  
Politik, Wissenschaft und Verwaltung haben  
auf der Veranstaltung miteinander diskutiert  
und Herausforderungen und Ansätze für  
ein weiteres Vorgehen formuliert.  
In der vorliegenden Dokumentation sind  
Inhalte der Beiträge, Fachvorträge, Work-  
shops, Diskussionen und des Rahmenpro-  
gramme zusammengefasst dargestellt.*

► Die Dokumentation ist in gedruck-  
ter Form in der Geschäftsstelle von  
Gesundheit Berlin-Brandenburg in  
der Friedrichstr. 231 erhältlich oder  
als PDF-Datei im Internet unter  
[www.gesundheitbb.de](http://www.gesundheitbb.de)  
Informationen unter (030) 44 319083

## Tanztee im bebop

► Ab Sonntag, 13. September, 15-17 Uhr beginnt ein neuer Tanztee.

Ort: Die Tanzschule bebop am Schlesi-schen Tor, mit bester Musik vom Tanz-schulleiter Christoph Neumann aufgelegt und mit Blick über die Spree auf das O2. Der Tanztee hat keinen Titel, der auf De-menz oder Alzheimer hinweist. Allein die Kooperationspartner, Alzheimer-Gesell-schaft Berlin e.V., Alzheimer Angehörigen Initiative, Deutsche Musiktherapeutische Gesellschaft (sowie das Landesamt für Gesundheit und Soziales und der Tanz-sportverband) lassen darauf schließen. Das Bild zeigt den Zusammenhang von Tanzen und Erinnerungen.

Der Eintritt ist frei. Kaffee und Kuchen gibt es käuflich zu erwerben.

Der Tanztee ist absichtlich auf einen Sonntag gelegt, damit auch berufstätige Angehörige mitkommen können.

Er wird monatlich stattfinden.

*Dorothea Muthesius*

## Neue Broschüren der Deutschen Alzheimer Gesellschaft



### Was kann ich tun?

Diese Broschüre wendet sich speziell an Menschen mit einer beginnenden Demenz und informiert verständlich und einfühlsam über Diagnose und Behandlung, rechtliche und finanzielle Fragen, Möglichkeiten von Beratung und Unterstützung und gibt zahlreiche Tipps für das alltägliche Leben mit Demenz. Beigelegt ist ein »Verständ-niskärtchen« im Scheckkartenformat mit der Information »Ich habe Demenz. Bitte haben Sie etwas Geduld«.

*Deutsche Alzheimer Gesellschaft (Hrsg.): Was kann ich tun? Tipps und Informationen für Menschen mit beginnender Demenz. Reihe Informationen für Menschen mit De-menz. 1. Auflage 2014, 56 Seiten, kostenlos.*





## Ben Ne Yapabilirim?

Dies ist die türkische Übersetzung der im Oktober 2014 erschienenen Broschüre »Was kann ich tun? Tipps und Informationen für Menschen mit beginnender Demenz«. Sie wendet sich an türkische Migrantinnen und Migranten und informiert auf gut verständliche Weise über Demenzerkrankungen, Diagnose und Behandlung und gibt zahlreiche Hinweise für das alltägliche Leben. Rechtliche und finanzielle Fragen werden angesprochen und Hinweise auf Beratungsmöglichkeiten gegeben.

*Deutsche Alzheimer Gesellschaft (Hrsg.):  
Ben Ne Yapabilirim? Demans Baslangici  
Olan Kisiler Icin Bilgi ve Öneriler, 1. Auflage,  
Januar 2015, 56 Seiten, 4 €*



## Ernährung in der häuslichen Pflege von Menschen mit Demenz

Neu gestaltet und aktualisiert erscheint die 9. Auflage dieser Broschüre. Zu den Begleiterscheinungen einer Demenzerkrankung gehören Störungen beim Essen und Trinken. Die Broschüre soll vor allem Angehörigen dabei helfen, das Verhalten der Kranken besser zu verstehen, eine gute Ernährung sicherzustellen und eine entspannte Atmosphäre beim Essen zu ermöglichen. Dabei geht es u.a. um die Zubereitung geeigneter Speisen und Getränke, Störungen der Nahrung- und Flüssigkeitsaufnahme, Anzeichen von Unterernährung und Austrocknen sowie die Versorgung mit einer Magensonde.

*Deutsche Alzheimer Gesellschaft (Hrsg.):  
Ernährung in der häuslichen Pflege von  
Menschen mit Demenz. Reihe Praktische  
Hilfen für den Alltag, 9. Auflage 2014,  
60 Seiten, 4 €*



## Miteinander aktiv

Die neue, aktualisierte Auflage der beliebten Broschüre erscheint mit neuem Titelbild und zahlreichen Fotos und Abbildungen, die den Text auflockern. In der Begleitung von Menschen mit Demenz tauchen immer wieder die Fragen auf: Wie kann der Tag gestaltet werden? Was kann gemeinsam getan werden? Wie können die Fähigkeiten des Kranken möglichst lange erhalten bleiben? Welche Beschäftigungen machen Spaß und Freude, ohne dass dabei Stress und Leistungsdruck entstehen? Die Broschüre gibt dazu eine Vielzahl von Anregungen. Sie wendet sich vor allem an Angehörige, die Menschen mit Demenz zu Hause betreuen und pflegen, sowie Freunde und Bekannte, die dabei unterstützen. Zahlreiche Möglichkeiten werden beschrieben: das alltäglichen Miteinander im Haushalt, Feiern mit der Familie und Freunden, Ausflüge in die Natur, Sport und Spiele, Aktivitäten in der Natur, Musik und Kultur, Reisen in die Erinnerung, Religion und Spiritualität. Und auf Seite 88 ist zu erfahren, dass es auch sehr gut sein kann, einmal nichts zu tun.

*Deutsche Alzheimer Gesellschaft (Hrsg.): Miteinander aktiv. Alltagsgestaltung und Beschäftigungen für Menschen mit Demenz, 3. Auflage 2015, 96 Seiten, 4 €*



## Gruppen für Menschen mit beginnender Demenz

Durch die Fortschritte in der Medizin werden Diagnosen heute sehr viel früher gestellt: Symptome und Einschränkungen im Alltag sind zwar vorhanden, doch die Betroffenen sind noch weitgehend selbstständig. Sie treten in der Öffentlichkeit auf, äußern ihre Wünsche und Bedürfnisse und wollen ihr Leben mit Demenz aktiv gestalten. Vermehrt suchen sie auch den Austausch mit anderen Erkrankten. Auch wenn es für Menschen mit Demenz schwierig ist, eine Selbsthilfegruppe aufzubauen und zu moderieren, so profitieren sie doch von dem Angebot.

Die neue Broschüre will dazu ermutigen und dabei unterstützen, Gruppen für Menschen mit beginnender Demenz auf der Grundlage des Selbsthilfedankens zu gründen und zu gestalten: Was ist beim Aufbau von Gruppen für Menschen mit beginnender Demenz zu beachten? Wie können die Treffen gestaltet werden? Verschiedene Konzepte von Gruppen werden vorgestellt.

*Deutsche Alzheimer Gesellschaft (Hrsg.): Gruppen für Menschen mit beginnender Demenz. Eine Anleitung zum Gründen und Gestalten, 1. Auflage, Mai 2015, 80 Seiten, 4 € .*



## **Leitfaden zur Pflegeversicherung**

Mit dem am 1. Januar 2015 in Kraft getretenen 1. Pflegestärkungsgesetz sind eine Reihe von Veränderungen des Pflegeversicherungsgesetzes in Kraft getreten. Sie betreffen die Beiträge, Art, Umfang und Kombination der Leistungen. Der von Günther Schwarz (Stuttgart) aktualisierte Leitfaden stellt die, nicht nur für Laien, teilweise komplizierten Regelungen auf verständliche Weise dar und gibt zahlreiche praktische Tipps zur Antragstellung, zum Begutachtungsverfahren und zur Führung eines Pflegetagebuchs.

*Deutsche Alzheimer Gesellschaft (Hrsg.):  
Leitfaden zur Pflegeversicherung.  
Antragstellung, Begutachtung,  
Widerspruchsverfahren, Leistungen,  
16. Auflage, Mai 2015, 176 Seiten, 6 Euro.*

*Bestellungen:  
Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.  
Friedrichstr. 236, 10969 Berlin  
info@alzheimer-berlin.de*

**Termine  
Veranstaltungen  
Fortbildungen**

ab 8/2015

**Veranstaltungen zum Welt-Alzheimerstag**

**Wenn Demenzkranke ins  
(Akut) Krankenhaus kommen ...  
Wunsch und Wirklichkeit**

**21.9.** Montag  
Zeit: 14-18 Uhr

Veranstalter:

Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.

Tagungsort: Allianz-Versicherungs-AG,

An den Treptowers 3, 12435 Berlin

Info und Anmeldung:

Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.,

Tel. 89 09 43 57

info@alzheimer-berlin.de

www.alzheimer-berlin.de

**Ökumenischer Gottesdienst**

für pflegende Angehörige, Pflegekräfte,  
Ehrenamtliche und Demenzkranke

**20.9.** Sonntag

Zeit: 15-17 Uhr

Ort: Kaiser-Wilhelm-Gedächtnis-Kirche

Im Anschluss an den Gottesdienst

können alle Besucher bei Kaffee und  
Kuchen gemütlich beisammen sein.

*Eine Veranstaltung der Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V. in Zusammenarbeit*

*mit dem Geistlichen Zentrum für Menschen  
mit Demenz und deren Angehörige.*

Nähere Informationen:

Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.,

Tel. 89 09 43 57

www.alzheimer-berlin.de



## »Augenblicke im Museum«

Museumsbesuch für Menschen mit Demenz in der Gemäldegalerie Alter Meister Berlin

*Ein Angebot der Besucher-Dienste der Staatlichen Museen zu Berlin in Zusammenarbeit mit der Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.*

Kontakt: Kulturforum, Tel. 266 42 30 40, Dienstag bis Sonntag, 11-17 Uhr

Kosten: Führungsgebühr: 6,- € pro Person

Für je eine Begleitperson ist der Eintritt und die Führungsgebühr frei. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

► Termine für das dritte Quartal 2015:

**15.9.** Dienstag, 14.30-16 Uhr

Thema: Mit allen Sinnen

► Termine für das vierte Quartal 2015:

**20.10.** Dienstag, 14.30-16 Uhr

Thema: Sand, Glas und Schmetterlingsflügel (Sonderausstellung der Kunstbibliothek am Kulturforum)

**17.11.** Dienstag, 14.30-16 Uhr

Thema: Wenn es draußen friert, wird es drinnen gemütlich

**15.12.** Dienstag, 14.30-16 Uhr

Thema: Weihnachten



## Schulungsreihe für Angehörige

### »Hilfe beim Helfen«

*In Kooperation mit der Pflegekasse der Barmer GEK Krankenkasse*

Inhalte der 3-teiligen Seminarreihe:

– Demenzielle Erkrankungen (zum Beispiel die Alzheimer-Krankheit)

– Umgang mit dem/der Erkrankten (Pflege und Betreuung)

– Rechtliche und finanzielle Fragen (zum Beispiel Pflegeversicherung)

– Entlastungsangebote (zum Beispiel Angehörigengruppen, Tagesbetreuung)

► Herbstkurs 2015

**28.9., 5. und 12.10.** montags

Zeit: 14-18 Uhr

Kontakt und Veranstaltungsort:

Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V., Friedrichstr. 236, 10969 Berlin

Anmeldung: Tel. (030) 89 09 43 57 oder

E-Mail: [info@alzheimer-berlin.de](mailto:info@alzheimer-berlin.de)

Die Teilnehmer/-innenanzahl ist auf 12 Personen begrenzt.



## **Offene Selbsthilfegruppen für Angehörige von Demenzkranken**

Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.

### **Kreuzberg**

Zeit: Jeden 3. Montag im Monat,  
16-1730 Uhr

Ort: Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.,  
Friedrichstr. 236, 10969 Berlin,  
(U-Bahnhof Hallesches Tor)

Kontakt: Alzheimer-Gesellschaft  
Berlin e.V., Tel. 89 09 43 57

### **Charlottenburg**

Zeit: Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat,  
15.30-1730 Uhr

Ort: c/o SEKIS, Bismarckstr. 101,  
10625 Berlin, U-Bahnhof Deutsche Oper

Kontakt: Alzheimer-Gesellschaft  
Berlin e.V., Tel. 89 09 43 57

### **Heiligensee**

*In Kooperation mit Ev. Jugend- und  
Fürsorgewerk e.V.*

Zeit: Jeden 3. Mittwoch im Monat,  
16.30-18.30 Uhr

Ort: EJF e.V. Tagespflege Bärensprung,  
Am Bärensprung 46, 13503 Berlin

Kontakt:  
Ev. Jugend- und Fürsorgewerk e.V.,  
Frau Mehrmann-Kremer, Tel. 43 06 213;  
Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.,  
Tel. 89 09 43 57

### **Hohenschönhausen**

*In Kooperation mit Vitanas Senioren  
Centrum Am Obersee*

Zeit: Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat,  
15.30-17 Uhr

Ort: Vitanas Senioren Centrum,  
Am Obersee Degnerstr. 11, 13053 Berlin,  
Tram Haltestelle Oberseestraße

Kontakt:  
Vitanas Senioren Centrum Am Obersee,  
Frau Breternitz, Tel. 983 16 481,  
k.breternitz@vitanas.de;  
Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.,  
Tel. 89 09 43 57

### **Lichtenberg**

*In Kooperation mit LBD-Lichtenberger  
BetreuungsDienste gGmbH*

Zeit: Jeden 1. Montag im Monat,  
17-19 Uhr

Ort: Haus der Generationen,  
Möllendorfstr. 68, 10367 Berlin,  
(Tram Haltestelle Paul-Junius-Straße)

Kontakt:  
LBD-Lichtenberger BetreuungsDienste  
gGmbH, Herr Feyh, Tel. 53 02 93 50;  
Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.,  
Tel. 89 09 43 57

### **Steglitz**

*In Kooperation mit der  
Agaplesion Bethanien Diakonie*

Zeit: Jeden 1. Dienstag im Monat,  
16-1730 Uhr

Ort: Sophienhaus, Paulsenstr. 5-6,  
12163 Berlin,  
Nähe U-Bhf. Rathaus Steglitz

Kontakt:  
AGAPLESION, Bethanien Diakonie gGmbH,  
Frau Clauß, Tel. 89 79 12-724;  
Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.,  
Tel. 89 09 43 57

### **Treptow-Köpenick**

*In Kooperation mit dem  
Krankenhaus Hedwigshöhe*

Zeit: Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat,  
17-18.30 Uhr

Ort: Selbsthilfezentrum

»Eigeninitiative«,  
Genossenschaftsstr. 70,  
12489 Berlin-Adlershof,  
S-Bhf. Adlershof

Kontakt: Krankenhaus Hedwigshöhe  
Frau Exner, Tel. 67 41-32 06;  
Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.,  
Tel. 89 09 43 57

### **Offene Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit einer Frontotemporalen Demenz**

### **Kreuzberg**

*In Kooperation mit der FTD Ambulanz  
der Neuropsychiatrie der Charité,  
Campus Mitte*

Zeit: Jeden 2. Donnerstag im Monat,  
17-19 Uhr

Ort: Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.,  
Friedrichstr. 236, 10969 Berlin,  
U-Bahnhof Hallesches Tor

Kontakt:

Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.,  
Frau Matter, Tel. 89 09 43 57;  
Charité Campus Mitte, Herr Spruth,  
Tel. 450 51 72 36

### **Betreuungsbörse**

Die Betreuungsbörse ist ein Angebot für pflegende Angehörige von demenzkranken Menschen, die bei der häuslichen Betreuung einige Stunden in der Woche entlastet werden möchten. Wir vermitteln und begleiten von uns geschulte ehrenamtliche Helferinnen und Helfer, die für die pflegenden Angehörigen stundenweise die Betreuung der Demenzkranken zu Hause übernehmen.

Kontakt:

Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.,  
Frau Ebel (Projektkoordinatorin),  
Tel. 25 79 66 97, dienstags 9-14 Uhr,  
donnerstags von 9-13 Uhr  
betreuungsboerse@alzheimer-berlin.de



## **Treffpunkte für Menschen mit beginnender Demenz**

Die Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V. bietet Treffpunkte für Menschen mit einer beginnenden Demenz an. Die Gruppenaktivitäten orientieren sich immer an den Wünschen der Teilnehmer. Während des wöchentlich vierstündigen Programms sind zum Beispiel Unternehmungen wie Museums- und Ausstellungsbesuche und kleine Ausflüge in die nähere Umgebung möglich. Die Zeit im Gruppenraum wird gerne für alltagspraktisches Gedächtnistraining, Bewegung mit Musik, aber auch zum regen Austausch der Betroffenen untereinander genutzt.

Die Treffen werden durch geschulte Ehrenamtliche begleitet. Einmal monatlich finden parallel zu dem Gruppenangebot Gesprächsgruppen für Angehörige statt. Beide Gruppenangebote werden von Fachkräften begleitet und koordiniert.  
Kontakt: Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V., Tel. 89 09 43 57

## **Mitte**

*Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.  
in Kooperation mit Psychiatrische  
Universitätsklinik der Charité im  
St. Hedwigkrankenhaus,  
Gerontopsychiatrisches Zentrum*

► Treffpunkt Mitte 1

Zeit: mittwochs 12-16 Uhr

► Treffpunkt Mitte 2

Zeit: montags 13-17 Uhr

Ort: Kieztreff Koepjohann

Haus neben der Sophiengemeinde  
Große Hamburger Straße 29 oder über  
den Eingang der Nr. 28, 10115 Berlin

*Angehörigengruppen Mitte:  
Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.  
in Kooperation mit der  
Koepjohannschen Stiftung*

► Angehörigengruppe 1

Zeit: jeden 3. Montag im Monat  
15-17 Uhr

► Angehörigengruppe 2

Zeit: jeden 2. Mittwoch im Monat  
14-16 Uhr

Ort: Kieztreff Koepjohann

Haus neben der Sophiengemeinde  
Große Hamburger Straße 29 oder über  
den Eingang der Nr. 28, 10115 Berlin

## **Weissensee**

*Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V. in  
Kooperation mit St. Joseph-Krankenhaus*

► Treffpunkt

Zeit: mittwochs 13-17 Uhr

Ort: Bischof-Ketteler-Haus,  
Seniorenpflegeheim, Gartenstraße 5,  
13088 Berlin

► Angehörigengruppe

Zeit: jeden 1. Mittwoch im Monat  
15.30-17 Uhr

Ort: St. Joseph-Krankenhaus Weißensee,  
Gartenstraße 1, 13088 Berlin,  
Haupthaus, Raum St. Maria, 3. Etage



## **Tanznachmittage für Demenzkranke und ihre pflegenden Angehörigen**

### **Tanztee im bebop**

*Kooperationspartner: Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V., Alzheimer Angehörigen Initiative, Deutsche Musiktherapeutische Gesellschaft, Landesamt für Gesundheit und Soziales und der Tanzsportverband*  
Zeit: Ab 13. September, monatlich, sonntags 15-17 Uhr

Ort: Tanzschule bebop  
am Schlesischen Tor,

Pfuelstraße 5, 10997 Berlin

Kosten: Der Eintritt ist frei. Kaffee und Kuchen gibt es käuflich zu erwerben.

### **Friedrichshain-Kreuzberg**

Tanzcafé Wilhelmine

**(dieses Tanzcafé ruht zur Zeit)**

*Ein Angebot der Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V. in Kooperation mit Diakonisches Werk Stadtmitte*

Zeit: jeden 2. Montag im Monat, 14-16 Uhr

Ort: tam.-Café, Wilhelmstr. 115, 10963 Berlin

Kosten: 5,- € pro Person

Kontakt:

Pflegestützpunkt, Friedrichshain-Kreuzberg, Frau Seidel, Tel. 25 70 06 73; Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V., Tel. 89 09 43 57

### **Spandau**

Tanzcafé Caroline

*Ein Angebot der Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V. in Kooperation mit Ev. Johannesstift Altenhilfe gGmbH*

Zeit: jeden letzten Freitag im Monat, 14-16 Uhr (im August Sommerpause)

Ort: Seniorenzentrum Caroline Bertheau, Schönwalder Allee 26, 13587 Berlin

Kosten: 5,- € pro Person

Kontakt:

Ev. Johannesstift Altenhilfe gGmbH, Frau Ranzinger, Tel. 336 09-484 oder Frau Lemke, 336 09-129; Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V., Tel. 89 09 43 57

### **Bezirk Tempelhof-Schöneberg**

Tanzcafé » ... noch mal 20 sein«

*Ein Angebot der Alzheimer-Gesellschaft*

*Berlin e.V. in Kooperation mit*

*Geistlichen Zentrum für Menschen*

*mit Demenz und deren Angehörige*

Zeit: jeden 1. Mittwoch im Monat

von 14-16 Uhr

Ort: Ev. Luther-Kirchengemeinde,

Gemeindesaal, Bülowstr. 71/72,

10783 Berlin

Kosten: 5,- € pro Person

Kontakt: Geistliches Zentrum für

Menschen mit Demenz und deren

Angehörige Frau Bach, Tel. 261 24 70;

Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.,

Tel. 89 09 43 57

### **Bezirk Treptow-Köpenick**

Tanzcafé »Man müsste noch mal 20 sein«

*Ein Angebot der Alzheimer-Gesellschaft*

*Berlin e.V. in Kooperation mit*

*Kiezclub Rathaus Johannisthal*

Zeit: jeden 1. Montag im Monat

von 14-16 Uhr (im August Sommerpause)

Ort: Kiezclub Rathaus Johannisthal,

Sterndamm 102, 12487 Berlin

Kosten: 5,- € pro Person

Kontakt: Kiezclub Rathaus Johannisthal,

Frau Balzer, Tel. 902 97-56 65;

Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V.,

Tel. 89 09 43 57



## JLL-Cup 2015



Am 5. Juni fand im Berliner Dr. Hans-Hess Stadion vor über 500 Zuschauern der JLL-Cup 2015 statt: 36 Mannschaften aus Unternehmen der Immobilienwirtschaft und anderer Branchen kickten bei hochsommerlichen Temperaturen für den guten Zweck. Der Spendenerlös von rund 16.000€ ging in diesem Jahr an die AGB e.V. Eine Tombola brachte weitere 821€ Spenden durch Losver-

käufe. Diese Gelder helfen der AGB e.V. sehr, ihre satzungsmäßigen Aufgaben einer kostenlosen Beratung und Förderung der Selbsthilfe zu erfüllen. Wir danken der Firma JLL und Herrn Thräne sehr herzlich für ihre Initiative und allen beteiligten Unternehmen für die großzügige Unterstützung der Benefizveranstaltung.

Am ersten Buch der AGB »Abschied vom Ich, Stationen der Alzheimer-Krankheit« hat sie als Autorin mitgewirkt und des öfteren Artikel für unsere »Mitteilungen« geschrieben, zuletzt 2009 zu unserem 20jährigen Jubiläum, an dessen Feierlichkeiten sie auch noch persönlich teilnehmen konnte.

Frau Feddern-Bollensdorf war auch im hohen Alter noch sehr an den Entwicklungen innerhalb der AGB und demenzpolitischen Fragen interessiert.

Die Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V. verliert mit Frau Feddern-Bollensdorf eine engagierte ehrenamtliche Unterstützerin seit den Anfängen. Dafür schulden wir ihr großen Dank. Wir werden sie nicht vergessen.

*Christa Matter*

## Nachruf



### **Ilse Feddern-Bollensdorf**

Frau Ilse Feddern-Bollensdorf, die seit 1990 Mitglied der Alzheimer-Gesellschaft Berlin e.V. (AGB) und seit 2006 deren Ehrenmitglied war, ist am 3.4.2015 kurz vor ihrem 95. Lebensjahr verstorben.

Frau Feddern-Bollensdorf hat die Arbeit der AGB über viele Jahre hinweg nicht nur finanziell sehr großzügig unterstützt, daneben war sie von 1990 bis 1997 auch aktiv im Redaktionsteam der »Mitteilungen« tätig. Von 1990 bis 2002 hatte sie zudem das Amt der Kassenprüferin des Vereins inne.