

„Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau“

**Wir haben uns sehr auf Sie gefreut.
Herzlich willkommen zur
Informationsveranstaltung**

1. Begrüssung, Einleitung ins Thema
2. Was ist Demenz?
3. Worauf muss geachtet werden in der Kommunikation mit Menschen mit Demenz?
4. Warum suchen wir Botschafterinnen/Botschafter?
5. Wie stellen wir uns die Umsetzung vor?
6. Wie beurteilen Sie diese Kampagne?
7. Zusammenfassung und Dank

Apero und Ausklang

„Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau“

Wie kommt die terzStiftung zu dieser kantonalen Sensibilisierungskampagne?

- Mitte Sommer 2022 Einladung zur Projekteingabe
- 5 Institutionen wurden angeschrieben
- Unabhängige Jury hat Projekte bewertet
- Unser Projekt wurde zur Umsetzung empfohlen
- Projekt-Zeitraum 3 Jahre.

„Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau“

Was verstehen wir unter Würde mit Demenz? Dass...

- jeder Mensch geachtet wird
- Unversehrtheit garantiert wird
- Würde und Achtung im Alter, besonders wenn Einschränkungen und Gebrechen dem Menschen die Selbständigkeit kaum mehr möglich machen
- jeder Hilflose hat Anspruch auf Würde und Achtung
- jemanden in seinem SO-Sein anzuerkennen
- die Würde unteilbar, unaufhebbar, unaufgebbar und unantastbar ist
- sie von keiner menschlichen Autorität verliehen oder entzogen werden kann.

„Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau“

Unsere drei Kampagnen-Ziele

1. Demenzkrankheit **einfach und verständlich** übermitteln
2. Die Sensibilisierung der Bevölkerung soll möglichst **persönlich empathisch** und **intergenerativ** ausgerichtet sein.

Dafür werben wir um **Botschafterinnen und Botschafter**

1. Wichtig ist uns, den **Fokus auf die noch bestehenden Potenziale zu richten**, aber auch die Grenzen im Rahmen der familiären Begleitung aufzuzeigen.

„Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau“

Wir träumen von vielen Botschafterinnen und Botschaftern



„Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau“

Unsere drei Jahres-Themen sind:

2023 «Aus der Sicht der Betroffenen»

2024 «Aus der Sicht der Angehörigen»

2025 «Aus der Sicht der Enkel-Generation»

„Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau“

Was ist Demenz?

Carsten Niebergall, Gerontologe

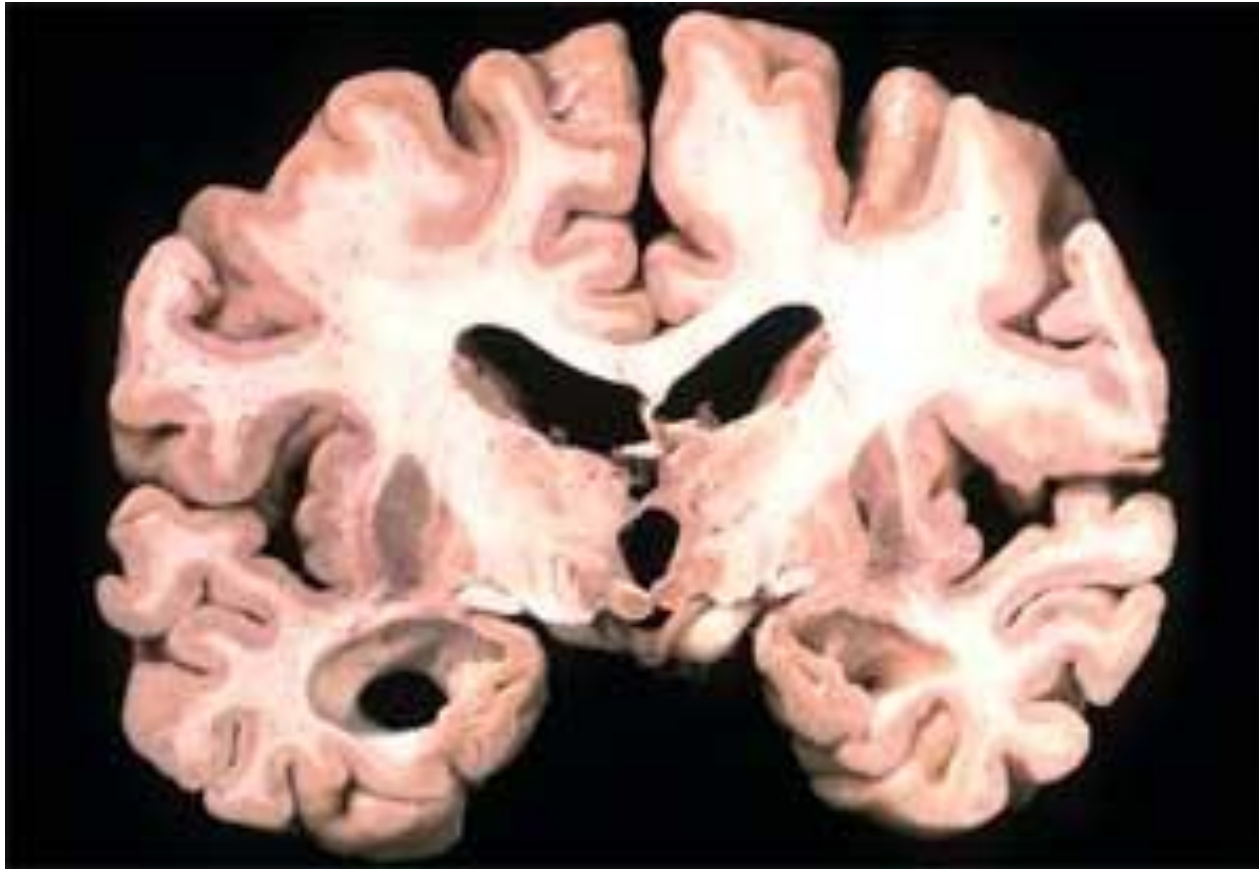
Ausgangslage



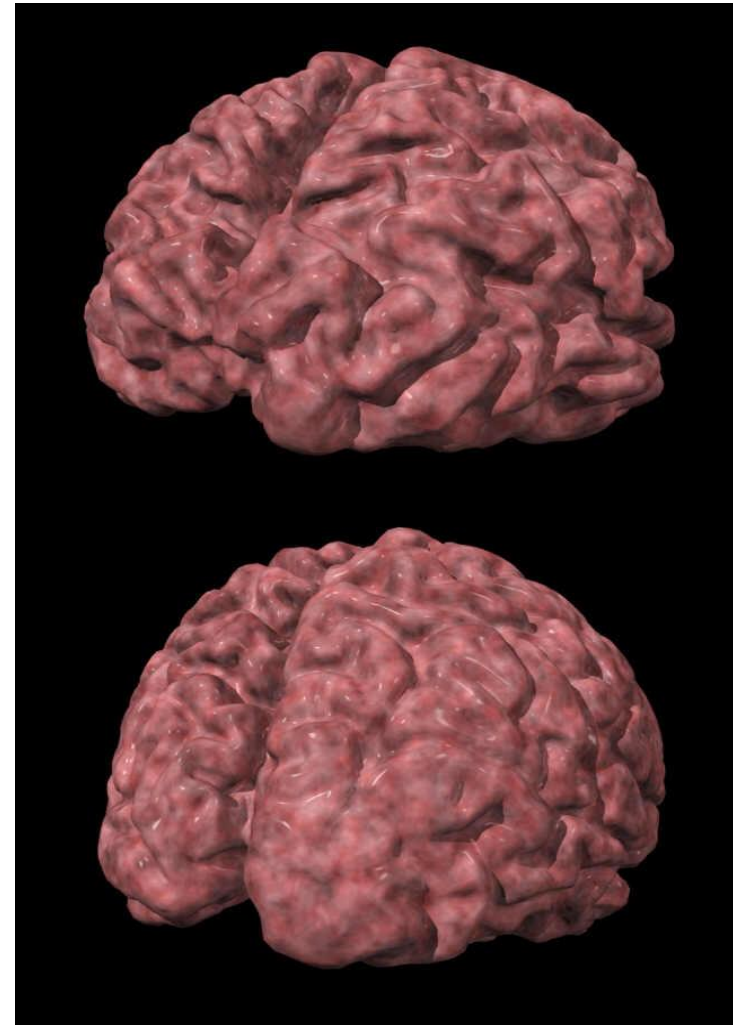
Ausgangslage



Ausgangslage



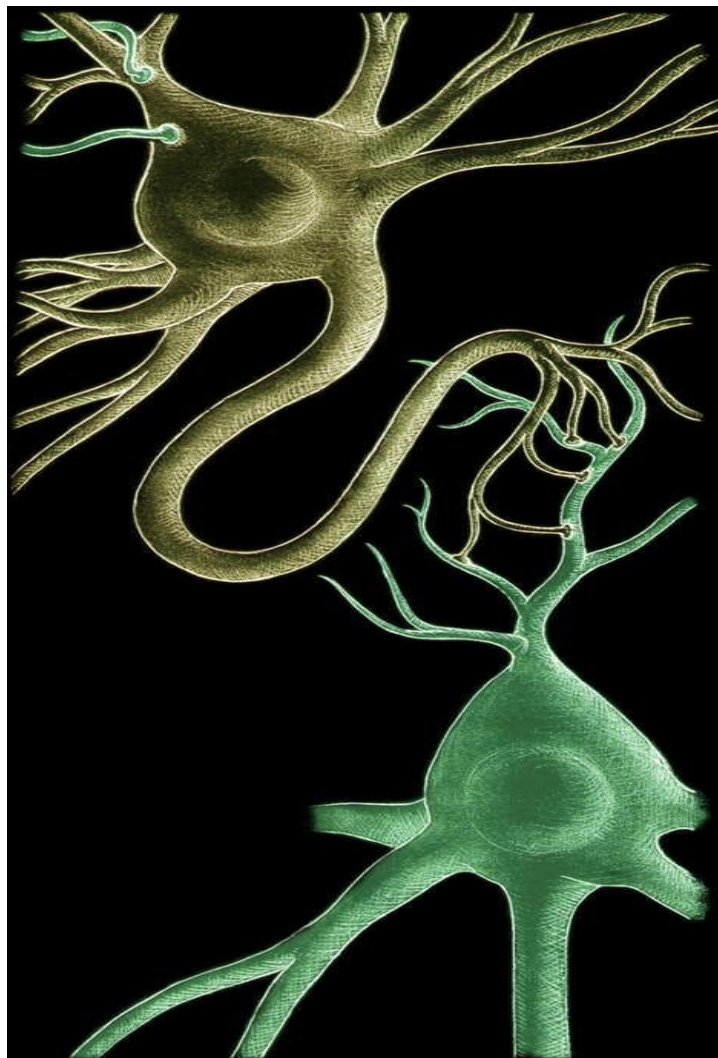
Alzheimer – Gehirn

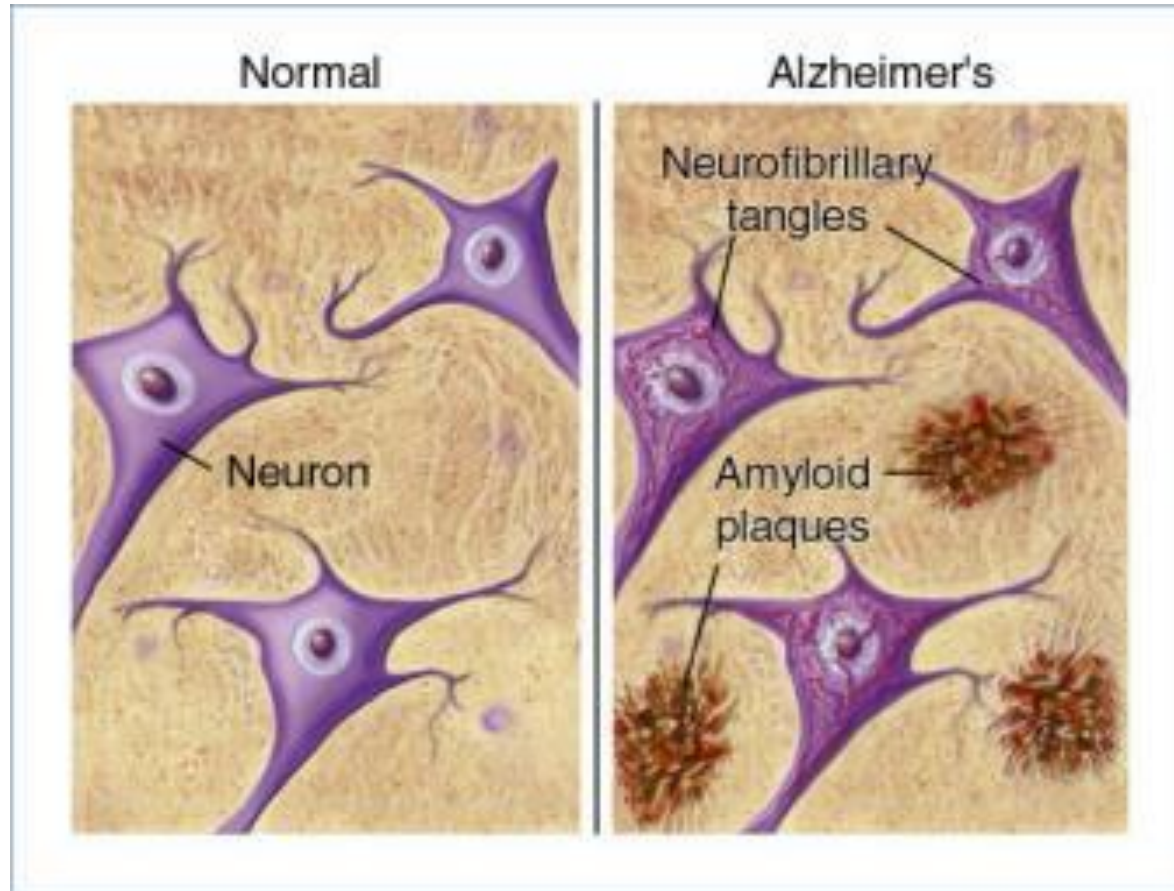


Gesundes Gehirn

Synapsen

(Verbindungen
zwischen den
Zellen)





Was ist Demenz?

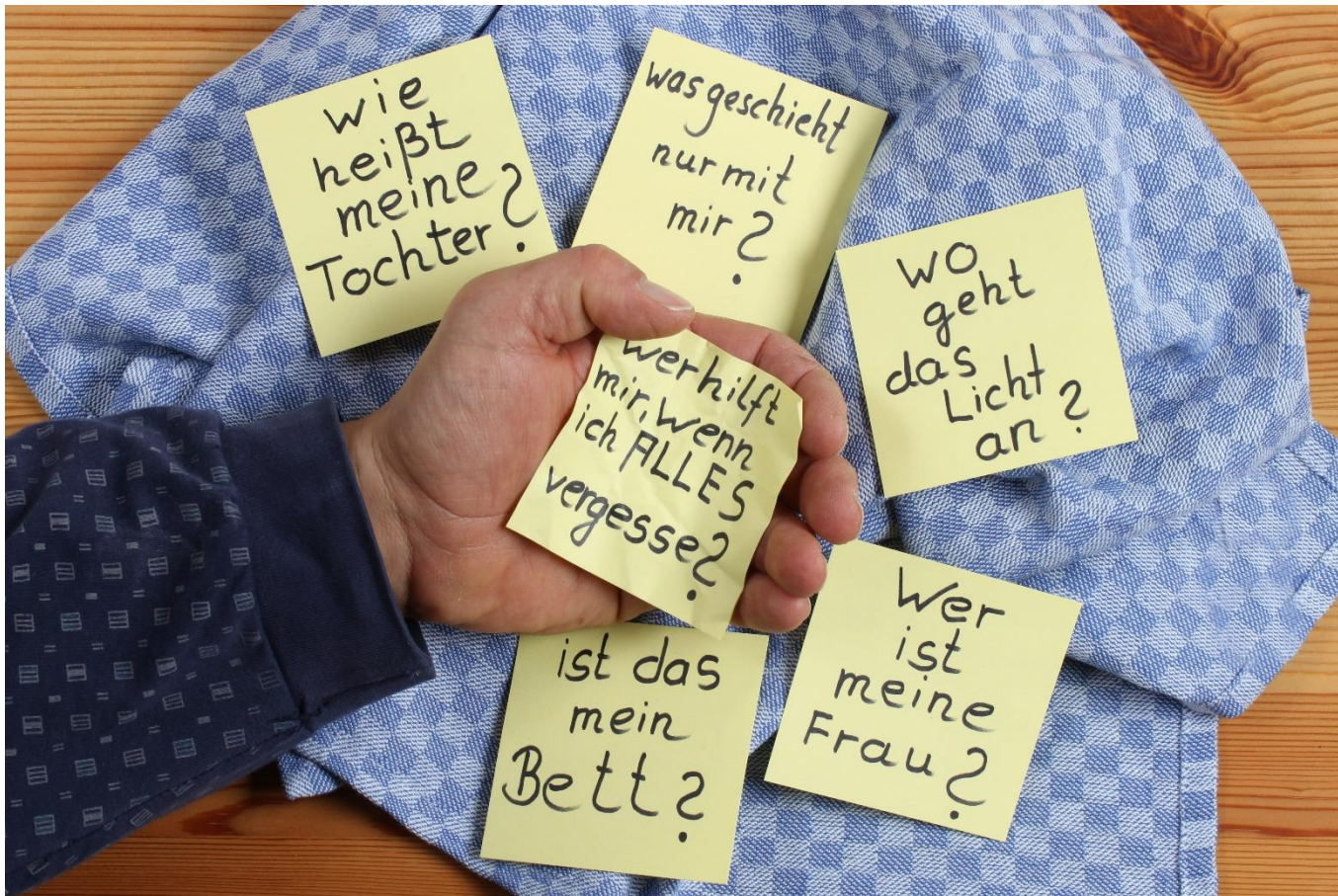
Demenz ist ein Begriff, der verwendet wird, um eine Gruppe von Symptomen zu beschreiben, die das Gedächtnis, die Denkfähigkeit, die Sprache, die Entscheidungsfindung und das Verhalten beeinträchtigen. Demenz ist eine progressive Erkrankung, das heißt, die Symptome verschlechtern sich im Laufe der Zeit und beeinträchtigen die Fähigkeit des Betroffenen, normalen Alltagsaktivitäten nachzukommen.

Was ist Demenz?

Die häufigste Form von Demenz ist die Alzheimer-Krankheit, die für 60-80% aller Fälle von Demenz verantwortlich ist. Andere Formen von Demenz umfassen die vaskuläre Demenz, die durch Gefäßerkrankungen verursacht wird, sowie die Lewy-Körper-Demenz und die Frontotemporale Demenz.

Die genauen Ursachen von Demenz sind noch nicht vollständig verstanden, aber es wird angenommen, dass sowohl genetische als auch Umweltfaktoren eine Rolle spielen. Risikofaktoren für Demenz umfassen Alter, Familiengeschichte, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und Bluthochdruck.

Demenz: nicht nur eine Krankheit des Vergessens



Symptome bei Demenz

Symptome von Demenz umfassen Gedächtnisverlust, Schwierigkeiten bei der Sprache und der Kommunikation, Probleme beim Orientieren und Finden des Weges, Schwierigkeiten bei der Durchführung von alltäglichen Aufgaben, Veränderungen im Verhalten und im Persönlichkeit sowie Verwirrung und Unsicherheit.

Heilung bei Demenz?

Es gibt zur Zeit keine Heilung für Demenz, aber es gibt Behandlungen und Therapien, die helfen können, die Symptome zu verlangsamen und die Lebensqualität der Betroffenen zu verbessern. Behandlungen umfassen Medikamente, die die Symptome lindern, sowie nicht-pharmakologische Therapien wie z.B. kognitive Therapie, Ergotherapie, Musik-Therapie und Validation.

Leichtes Stadium:

Es bestehen leichtgradige, oft kaum bemerkbare Symptome. Leichte Gedächtnislücken, Probleme bei der Wortfindung und Schwierigkeiten, sich zeitlich und örtlich zu orientieren, treten auf. Komplizierte Tätigkeiten fallen schwerer oder können nicht mehr ausgeführt werden. Bekannte Personen werden verwechselt.

Mittleres Stadium:

Die Symptome werden stärker und können nicht mehr „verheimlicht“ werden. Betroffene können Vergangenheit und Gegenwart nicht mehr unterscheiden. Sie sind unruhig, wandern viel herum und verirren sich leicht. Die Sprache wird schwer verständlich. Die selbständige Lebensführung ist nur noch mit erheblichen Einschränkungen und mit Unterstützung durch andere Menschen möglich.

Schweres Stadium:

Die selbständige Lebensfähigkeit ist aufgehoben. Das Gedächtnis versagt gänzlich, und die Sprache beschränkt sich auf einige wenige Worte. Die Orientierung ist völlig verloren gegangen. Betroffene erkennen weder ihre Angehörigen noch sich selber. Zu den hochgradigen Störungen der geistigen Leistungen kommen jetzt körperliche Symptome dazu.

„Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau“

Was muss ich in der Kommunikation mit Menschen mit Demenz besonders beachten?

Rebecca Bohli, Pflegefachfrau

Im Grundsatz

- Demenz ist eine Krankheit
- Demenz steigert die emotionale Empfindung
- Körpersprache und Körperkontakt
- Informationen liefern
- Der Verlauf einer Demenz ist individuell



Betroffene	Gefühlslage
	Kommunikatives Verhalten
Begegnung	Verbal
	Nonverbal
	Validation

Validation

- Entstanden zwischen 1963 und 1980 in einem Konzept von Naomi Feil
- Ziel: Menschen mit Demenz besser verstehen und in ihre Welt und Sicht eintauchen.
- Voraussetzungen
 - Sei immer ehrlich
 - Zeige Empathie
 - Nicht bewerten, nicht logisch folgern, nicht diskutieren

		Phase 1: Leichte Demenz
Betroffene	Gefühlslage	<ul style="list-style-type: none"> • Bewusstes erleben • Frust • Trauer • Freude am Leben
	Kommunikatives Verhalten	<ul style="list-style-type: none"> • Namen vergessen, sich aus Dingen herausreden • Ausreden suchen *
Begegnung	Verbal	<ul style="list-style-type: none"> • Normal und deutlich sprechen • Helfen, Situationen zu überbrücken • Gute Information, ev. Anleiten • Nicht «bevormunden»
	Nonverbal	<ul style="list-style-type: none"> • Normal • Leichte, aber bewusste Berührungen • Gesagtes mit Gesten verstärken
	Validation	<ul style="list-style-type: none"> • Offene Fragen stellen - nach Fakten fragen "wer, was wo, wann, wie"...niemals "warum" • Umformulieren • Bewährte Bewältigungsmechanismen finden



		Phase 1: Leichte Demenz
Betroffene	Gefühlslage	<ul style="list-style-type: none"> • Bewusstes erleben • Frust • Trauer • Freude am Leben
	Kommunikatives Verhalten	<ul style="list-style-type: none"> • Namen vergessen, sich aus Dingen herausreden • Ausreden suchen
Begegnung	Verbal	<ul style="list-style-type: none"> • Normal und deutlich sprechen • Helfen, Situationen zu überbrücken • Gute Information, ev Anleiten • Nicht «bevormunden»
	Nonverbal	<ul style="list-style-type: none"> • Normal • Leichte, aber bewusste Berührungen • Gesagtes mit Gesten verstärken
	Validation	<ul style="list-style-type: none"> • Offene Fragen stellen - nach Fakten fragen "wer, was wo, wann, wie"...niemals "warum" • Umformulieren • Bewährte Bewältigungsmechanismen finden

		Phase 2: Mittlere Demenz	Phase 3: Schwere Demenz
Betroffene	Gefühlslage	<ul style="list-style-type: none"> Zurückziehen, gereizt, aggressiv, ablehnend Im Moment 	<ul style="list-style-type: none"> Immer noch da! Im Moment
	Kommunikatives Verhalten	<ul style="list-style-type: none"> Die Sprache verschwindet mehr und mehr Worte dringen nicht mehr alle durch 	<ul style="list-style-type: none"> Redet nicht mehr, Ausdruck in Lauten oder nonverbal
Begegnung	Verbal	<ul style="list-style-type: none"> Biographie-Arbeit: über das Leben und Erlebtes sprechen Einfacher Inhalt, kurze Sätze Schlüsselwörter wiederholen 	<ul style="list-style-type: none"> Langsam und deutlich sprechen
	Nonverbal	<ul style="list-style-type: none"> Augenkontakt suchen Symmetrisches Verhältnis herstellen (Augenhöhe) 	<ul style="list-style-type: none"> Berührungen
	Validation	<ul style="list-style-type: none"> Nach Extremen fragen Nach Gegenteil fragen Gemeinsam an vergangene Zeiten erinnern Beobachtete Gefühle ansprechen 	<ul style="list-style-type: none"> Selbstwertgefühl stärken / Sicherheit geben Wertschätzung

„Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau“

Warum suchen wir Botschafter?

- Der persönliche Kontakt wird durch die technischen Medien immer mehr verdrängt
- Beziehung, Anteilnahme und Solidarität kann durch intelligente Technologie kaum ersetzt werden
- Das persönliche Gespräch und Engagement wirkt authentisch, hat nach wie vor die stärkste Wirkung.
- **Unseren Botschafterkreis vergrössern?**

**Wir wollen Menschen berühren,
sie für dieses Tabuthema sensibilisieren und Ängste abbauen.**

„Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau“

Wie können wir voneinander lernen?

Grundsatz: Fördern des **gegenseitigen Austausches!**

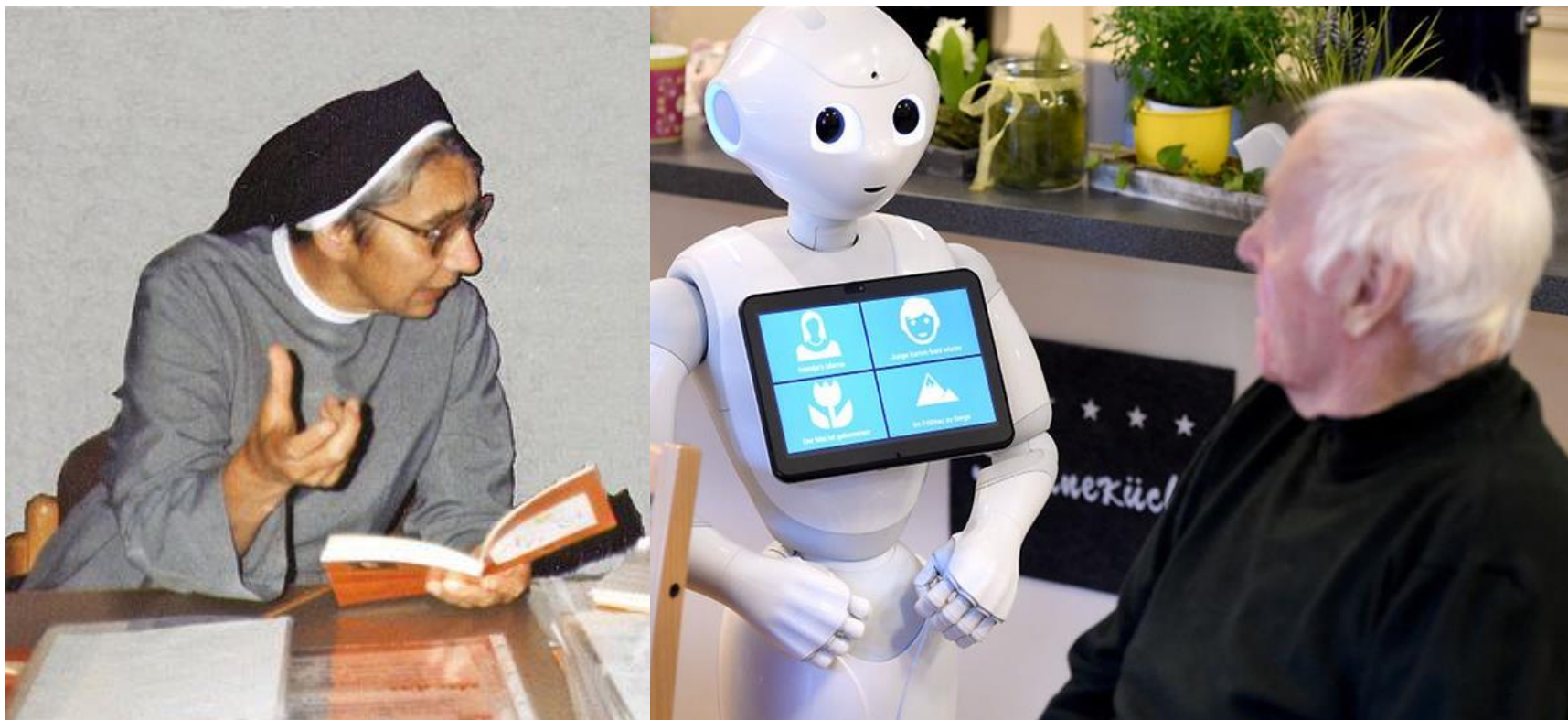
- **Offen sein für Neues**, wirkungssteigernde **Kommunikation**
- **Fokus ist Empfänger-, Partnerzentriert**

Lösungsansatz: **Periodische Zoom-Meetings**

- **Erfahrungsaustausch** bringt uns weiter, «**lernende Einheit**»
- Gemeinsamer **Jahresrückblick** im November in Berlingen
Vorschau auf das kommende Jahr

„Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau“

Im Austausch voneinander lernen



„Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau“

Wie stellen wir uns die Umsetzung vor?

Grundsatz: Möglichst viele Ideen, damit man sich die auswählen kann, bei der man sich wohlfühlt.

- **Selbstbestimmt**, die Ideenvielfalt und die individuelle Umsetzung sind uns wichtig.
- **Hohe Flexibilität**, situativ und intuitiv versus strikte Vorgaben
- **Mit möglichst vielen Botschafterinnen / Botschafter**. Wie erreichen wir das?

„Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau“

An was denken Sie, bei der Umsetzung?

Ihre Ideen sind sehr erwünscht:

– Persönliche Übergabe möglichst vieler Broschüren

- Familie, Freunde, Bekannte, Clubmitglieder, Nachbarn

Im öffentlichen Raum

- Vor Einkaufszentren, Bahnhöfen, an stark frequentierten Fußgängerzonen

– Empfehlungen unsere Anlässe zu besuchen

– Auflegen an bewilligten und geeigneten Orten

- Seniorenanlässe, in Kirchen, an Gemeindeversammlungen, Vereinsanlässen

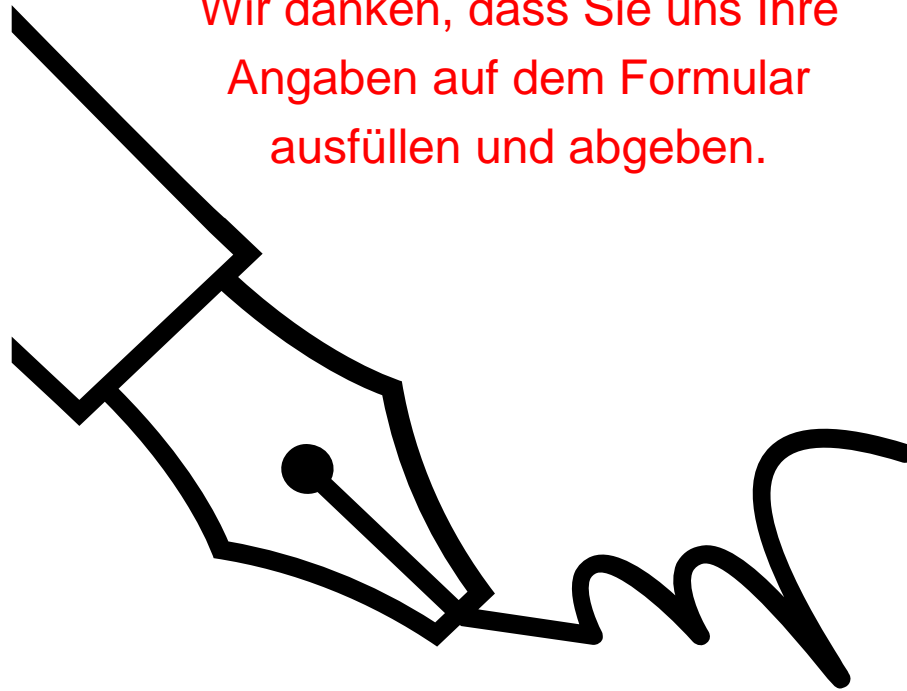
– Leserbriefe – sehr wirkungsvoll

- über einen Bericht, Anlass zum Thema Demenz

„Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau“

**Wer von Ihnen unterstützt diese Kampagne als
Botschafterin oder Botschafter?**

Wir danken, dass Sie uns Ihre
Angaben auf dem Formular
ausfüllen und abgeben.



„Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau“

Abschluss und Dank

1. Kurze Zusammenfassung
2. Weiteres Vorgehen
3. Haben Sie Fragen / Anregungen /
auch Kritiken sind erwünscht?

Ganz Herzlichen Dank

Einladung zum Aperitif

