

Im Blickpunkt

Ich verhandle mit der Hauswirtschaftsmitarbeiterin, dass Omi ihr Stück Erdbeertorte am Abend kriegt.

Wir warten auf die Pflegende, die Omi ins Bett bringen soll. Omi schaut mich an, berührt mich mein Gesicht und streichelt es.

«Du hast wirklich einen schönen Kopf. Den könnte ich immer ansehen.»

Ich lächle. Streichle ihre sehr alten Hände. Dann kommt die Pflegende, die Omi ins Zimmer bringt. Omi schläft tatsächlich immer um diese Zeit. Wir verabschieden uns.

Heute war Omi sehr glücklich.

Sie wirkt sehr alt und gleichzeitig kindlich. Sie lacht oft und macht auf mich einen gelassenen Eindruck. Natürlich mache ich mir Gedanken, was uns alles noch erwartet. Wie das Ende sein wird. Doch Omi sagte immer: Jetzt ist ein schöner Moment. Geniessen wir ihn.

Buchtipp

Zora Debrunner schreibt auf **«Demenz für Anfänger»** über ihre Oma Paula. Doch eigentlich schreibt sie über und gegen das Vergessen. Denn Paula wird in einigen Wochen 88 Jahre alt und ist dement.



Der Blog: Demenz für Anfänger von Zora Debrunner, Autorin und Bloggerin
<https://demenzfueraanfänger.wordpress.com/>

Das Buch: **«Demenz für Anfänger»** ist auch als Buch im Ullstein Verlag erschienen – ISBN-13 9783548612782



Nicht vergessen

Humor und Geschichten

• jeden Montagnachmittag

Malen und Gestalten

• jeden Dienstagmorgen

Tiergestützte Interventionen

• jeden Dienstagnachmittag

Seelsorgerische Begleitung

• jeden Mittwochmorgen

Bewegen und Turnen

• jeden Mittwochnachmittag

Gedächtnistraining

• jeden Donnerstag

Singen und Musizieren

• jeden Freitagnachmittag

NEU:
Pflege von Kopf
bis Fuss – Coiffeur
und Podologie

Unterstützen – Den Betroffenen neuen Mut schenken

Im Herbstzytlos unternehmen wir alles, um Menschen mit Demenz am Leben teilhaben zu lassen. Der Verein wird ausschliesslich von Privatspenden getragen.

Ihre Spende hilft konkret:

Fr. 30.–

ermöglichen einen Tagesaufenthalt für einen Gast. So kann der pflegende Angehörige wichtige Termine wie Arztbesuche etc. wahrnehmen.

Fr. 70.–

verhelfen einem Gast zu einem Tages- und Nachtaufenthalt. Bereits eine Nacht ohne Pflegeaufgabe kann wie ein Kurzurlaub für die Angehörigen wirken.

Fr. 140.–

machen einen Wochenendaufenthalt für einen Gast möglich. Eine Nacht ohne Pflegeaufgabe ist für den pflegenden Angehörigen eine wichtige Quelle, um neue Kraft zu tanken.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung: **Postkonto 60-577956-2**



aktiondemenz.ch
liebevoll, kreativ... anders.

aktiondemenz.ch

Schlosshalde 11c–d
CH-6216 Mauensee
Telefon 041 920 20 93
Fax 041 920 20 81
info@aktiondemenz.ch
www.aktiondemenz.ch

Impressum

Herausgeber: Verein Aktion Demenz
Schlosshalde 11c–d
CH-6216 Mauensee
Telefon: 041 920 20 93
Postkonto: 60-577956-2
Kontakt: Carol Sarbach, Präsidentin

Nr. 2 | Juni 2016

vergessen
& erinnern



aktiondemenz.ch
liebevoll, kreativ... anders.

Pinnwand



Liebe Leserin und Leser

Menschen erzählen einfach gerne ihre Lebensgeschichte(n). Sie öffnen die Türen zu ihren Herzen. Schweres kann ausgesprochen werden, Schönes kann geteilt werden.

Eine Angehörige hat uns aufmerksam gemacht auf das Buch «Demenz für Anfänger». Geschrieben von Zora Debrunner. Als ich anfang, über sie zu recherchieren und ich in ihrem Blog gegen das Vergessen zu lesen begann, war ich sehr berührt. Es hat die Türe zu meinem Herzen geöffnet. Denn Zora Debrunner ist wirklich eine wahre Meisterin des Wortes.

Als sie anfang, den Blog gegen das Vergessen zu schreiben, war sie sprachlos. Ihr wurde die Tragweite von der Demenz ihrer Oma bewusst, dass sie langsam aus ihrem Gedächtnis verschwindet. Doch noch viel schlimmer war es, dass die Erinnerungen ihrer Oma verblassten. Darum begann sie zu schreiben. Mit jedem Wort, jeder Erinnerung an ihre Familie, kehrte ihre Sprache zurück. Sie konnte ihre unfassbare Wut, ihre Verzweiflung in Worte fassen. Wann immer sie im Haus ihrer Oma war oder bei ihr im Pflegeheim, schrieb sie einen neuen Beitrag. In dieser Ausgabe möchten wir Ihnen, liebe Leserin und Leser, einen kleinen Beitrag zum Thema Demenz eröffnen und Ihnen einen anderen, einen eventuell ungewohnten Blickwinkel eröffnen.

Berührendes aus der Schweiz: Demenz für Anfänger: Der Blog gegen das Vergessen

Lesen Sie mehr darüber in unserer Ausgabe oder auch auf dem Blog über ihre demenzkranke Oma. Ungewohnt offen und persönlich beschreibt sie darin ihren Umgang mit der Erkrankung. Der Blog brachte ihr gar eine Nominierung für den renommierten Grimme Online Award ein. Lesen sie den Beitrag von Zora Debrunner. Die schönen Worte. Geniessen Sie diese.

Herzliche Grüsse

Carol Sarbach
Präsidentin

PS: Jetzt ist ein schöner Moment. Geniessen Sie ihn...



Im Blickpunkt – Zora Debrunner

Wie meine Omi umzog

Meine Omi Paula lebt seit Oktober 2012 in einem wunderschönen Pflegeheim im Toggenburg.

In einigen Wochen wird sie 88 Jahre alt.

Sie hat sich lange gegen einen Umzug ausgesprochen Sie fühlte sich nicht alt.

Sie hatte ihren eigenen, grossen Haushalt, ihren Garten, ihren Tagesablauf. Ich wollte sie nicht dazu zwingen, denn ich bin der Meinung, dass Zwang etwas vom Schlimmsten ist, das man einem Menschen antun kann.

Ich setzte auf Omis Vernunft.

«Vernunft?», wirst du vielleicht fragen.

Ja. Vernunft. Selbst Menschen mit einer Demenzerkrankung können denken, fühlen und vor allem Entscheidungen treffen. Sie brauchen etwas Hilfe, Liebe und Geduld.

Ich glaube, Geduld und Liebe sind das Wichtigste, das man einem demenzkranken Menschen entgegenbringen kann.

Wenn jemand an Demenz erkrankt, verändert sich so vieles. Das Gewohnte scheint verändert. Angehörige, die andauernd an einem Menschen herum reklamieren, ihn zurechtweisen, ihn klein machen und so demütigen, machen alles nur noch schlimmer.

Vielleicht war es mein Geschenk, dass ich seit vielen Jahren mit Menschen mit mehrfachen Behinderungen arbeiten darf.

Ihr Verhalten ist manchmal auf den ersten Blick so unverständlich, so fremd, dass einem gar nichts anderes übrig bleibt, als seine eigene Sicht auf das

Leben immer wieder zur Seite zu stellen und sich aufs Gegenüber einzulassen und nachzufragen.

Mir fielen Omis veränderte Verhaltensweisen früh auf. Aber ich wollte es nicht wahrhaben. Sie sagte oft: **«Warte nur, bis du so alt bist wie ich.»**

Ich sprach immer wieder ihren Gesundheitszustand an.

Ich machte mir grosse Sorgen, dass sie stürzt, Schmerzen erleidet oder aber überfallen wird. Ich sagte ihr, ich halte es fast nicht aus, dich hier so zu sehen. Bei allem aber war mir klar, dass ein Umzug ins Pflegeheim ihre Entscheidung ist und nicht meine.

Als Omi sich entschloss, umzuziehen, war die Sache emotional nicht ausgestanden.

Wenn jemand dreissig Jahre am gleichen Ort lebt, kann man ihn nicht einfach umpflanzen. Es braucht Behutsamkeit und Verständnis. Schliesslich muss sich ein Mensch von seinem bisherigen Leben verabschieden.

Mir schien, als stürbe Omi ein wenig.

Ihr ganzes Leben zog während der Umzugsphase an ihr vorbei. Die Erinnerungen waren präsenter als die Gegenwart. Ich habe sehr viel gelernt über mich, über sie und unsere Familie. Ich bin dankbar, trotz der vielen Tränen und den Sorgen, dass ich sie auf diesem Weg begleiten darf.



Selbst Menschen mit einer Demenzerkrankung können Entscheidungen treffen.

Im Blickpunkt – Zora Debrunner

Die wilde 87

Paula freute sich, als sie uns sah.

«Ich dachte schon, ihr kommt nicht mehr», sagte sie. Fast wie früher, nur dass sie nicht mehr weiss, wer wir sind. Sascha, mein Freund und ich setzen uns hin. Sie fragt, wie die Fahrt war. Und wo unsere Kinder sind.

Ich schalte schnell. Heute bin ich für Omi wohl Ursle, ihre Tochter und meine Mutter.

Ich gebe ihr das Geschenk. Aber Geschenke sind nicht mehr wichtig. Viel schöner ist es für sie, dass wir da sind.

«Wie fühlst du dich?», frage ich. «Wie 51»,

antwortet Paula und strahlt mich schelmisch an. Als Paula 51 Jahre alt war, war ich gerade zwei. Wir stossen feierlich mit Mineralwasser an.

Paula redet wie ein Wasserfall.

Dann gibt es Suppe. Paula weiss nicht mehr, wie sie den Löffel benutzen soll. Ich gebe ihr ein. Nur wenig. Damit sie sich nicht den Mund verbrüht. Sie redet. Dann kriegt sie Schluckauf.

Wir legen eine Pause ein.

Meine Suppe ist währenddessen kalt, schmeckt aber prima. Dann gibt es Salat. Omi isst einige Bissen und amüsiert sich köstlich über mich.

Schliesslich gibt es Knöpfli, Poulet und Bohnen. Ich zerschneide es ein wenig.

Dann fängt Omi selber an zu essen. Sie lässt sich Zeit. Geniesst es. Zwischendurch strahlt sie und bietet mir von ihrem Teller etwas an. Sie spiest die zerschnittenen Bohnen auf,

klaubt mit den Fingern Knöpfli und steckt sie sich genüsslich in den Mund. Sie hat wunderschöne Hände.

Omi singt einige Kinderlieder.

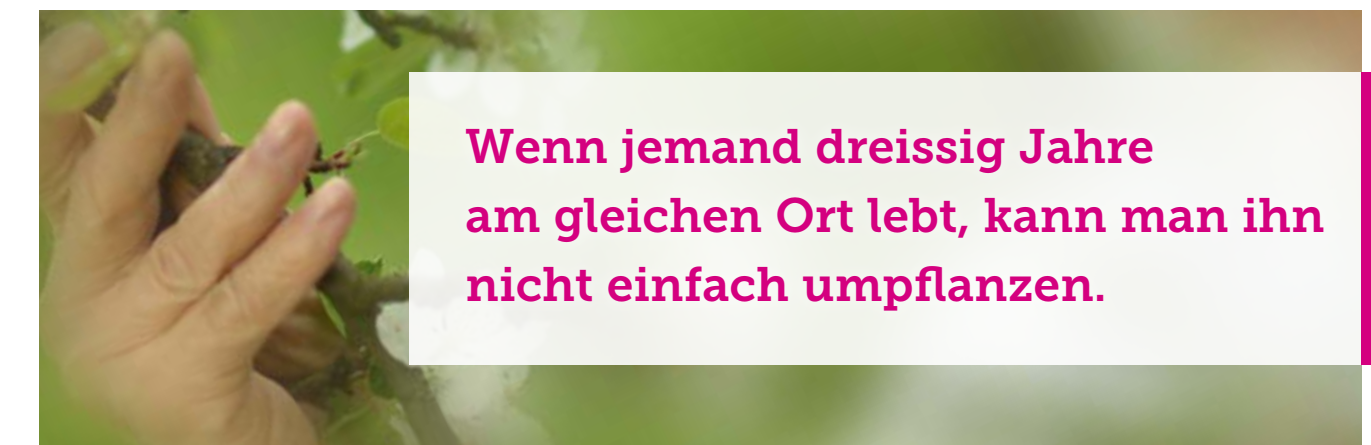
Dann erfindet sie noch rasch eine Strophe, die ich hier aufgrund der Ausdrücke, die sie verwendet hat, nicht wiedergeben kann.



Omi singt einige Kinderlieder. Dann erfindet sie noch rasch eine Strophe

Dann wird Omi müde.

Sie lehnt sich etwas zurück und schliesst die Augen. Ich spüre, dass sie fix und fertig ist. Es gibt aber noch Dessert und Kaffee. Omi aber will schlafen gehen. Und aufs Klo.



Wenn jemand dreissig Jahre am gleichen Ort lebt, kann man ihn nicht einfach umpflanzen.