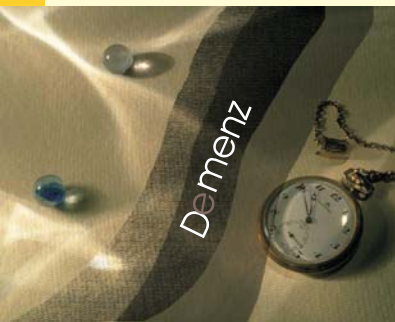


*Lebensfreude im Alter*



# Demenzfibel





## *Wenn ich einmal dement werde...*

Wenn ich einmal dement werde...

soll mein Leben einfach und überschaubar sein.

Es soll so sein, dass ich jeden Tag

das gleiche mache - jeden Tag zur gleichen Zeit.

Wenn ich einmal dement werde...

kann ich vielleicht nicht mehr mit

Messer und Gabel essen,

aber bestimmt sehr gut mit den Fingern.

Wenn ich einmal dement werde...

bin ich meistens leicht zu beruhigen:  
nicht mit Worten, sondern indem Du ganz ruhig  
neben mir sitzt und meine Hand ganz fest hältst.

Wenn ich einmal dement werde...

habe ich das Gefühl, das andere mich  
schwer verstehen.  
Genauso schwer ist es für mich, andere zu verstehen.  
Mach deine Stimme ganz leise und sieh mich an -  
dann verstehe ich dich am besten.  
Mach nur wenige Worte und einfache Sätze.  
Sieh mich an und berühre mich, bevor du  
mit mir sprichst. Vergiss nicht, dass ich oft vergesse.

Wenn ich einmal dement werde...

Denke daran, dass ich nicht alles verstehe, doch  
mehr als du manchmal denkst.

*„Pflege dich selbst,  
damit du pflegen kannst!“*

- Pflegen Sie nur, wenn die Beziehung gut ist!
- Pflegen Sie nur, wenn Sie die/den anderen mögen und sie/ihn gerne berühren!
- Pflegen Sie nie wegen Abhängigkeiten!
- Pflegen Sie niemals ganz alleine!
- Informieren Sie sich über das Krankheitsbild!
- Holen Sie sich Rat über das Krankheitsbild!
- Holen Sie sich Rat und Unterstützung bei professionellen Pflegekräften!
- Nehmen Sie dem alten Menschen nicht alles ab!
- Stellen Sie von Anfang an bestimmte Regeln auf!
- Halten Sie diese Regeln auch ein!
- Holen Sie andere Bezugspersonen frühzeitig ins Boot!
- Verteilen Sie Aufgaben!
- Sprechen Sie Wünsche und Forderungen laut und klar aus!



- **Erwarten Sie keinen Dank!**
- **Nehmen Sie regelmäßig „Auszeiten“ von der Pflege!**
- **Geben Sie keine anderen sozialen Kontakte oder Hobbys völlig auf!**
- **Nehmen Sie keine Opferrolle an!**
- **Denken Sie an ihr eigenes Alter!**
- **Erkennen Sie ihre eigenen Grenzen!**
- **Seien Sie sich bewusst, dass Pflege viel Geduld und Energie kostet!**
- **Erkundigen Sie sich rechtzeitig über andere Möglichkeiten der Pflege und Unterstützung!**
- **Haben Sie deswegen kein schlechtes Gewissen!**
- **Behalten Sie ein Gespür für Ihr eigenes Wohlbefinden!**

**...denn nur wenn Sie sich wohlfühlen,  
fühlt sich auch die/der Pflegebedürftige wohl!**

(Dr. C. Groschopp)

## 10 Symptome zur Früherkennung der Alzheimer Demenz

- Vergesslichkeit mit Auswirkung auf die Arbeit und das tägliche Leben
- Schwierigkeiten mit gewohnten Handlungen
- Sprachprobleme - Wortfindungsstörungen
- Räumliche und zeitliche Orientierungsprobleme
- Eingeschränkte Urteilsfähigkeit  
z.B. verwechseln entsprechender Kleidung,  
Witterungs- und Anlassbezogen
- Probleme mit dem abstrakten Denken - einordnen von Zahlen oder einfache Rechnungen durchführen
- Liegenlassen von Gegenständen
- Stimmungs- und Verhaltensänderungen
- Ausgeprägte Persönlichkeitsänderungen
- Verlust der Eigeninitiative

## *Betreuung auf besondere Art...*

**Wir bieten besondere gerontopsychiatrische Betreuung in unseren Tagespflegehäusern:**

Selfkant-Höngen,  
Heinsberg-Waldenrath,  
Heinsberg-Oberbruch.



Im **Haus Biesen** in Selfkant-Höngen erhalten an Demenz erkrankte Senioren in kleinen Wohngemeinschaften eine ihren Bedürfnissen entsprechende Betreuung. Die Wohnbereiche, ausgestattet mit viel Licht, altvertrauten Möbeln und persönlichen Erinnerungsstücken, geben Sicherheit und Geborgenheit. Der geschützte Wohnbereich mit angrenzendem Tierpark ermöglicht uneingeschränkte Bewegungsfreiheit. Unsere Mitarbeiter sind geschult in der Anwendung der basalen Stimulation, Kinästhetik, Validation und dem Snoezelen.

Angehörigen von demenzkranken Menschen bieten wir im „**Café Vergissmeinnicht**“ an jedem ersten und dritten Mittwoch im Monat ein betreutes Kaffeetrinken mit individueller Beschäftigung für Demenzkranke an.

Alten- und Pflegeheime St. Josef gGmbH

**Zentrale Rufnummer:  
02456 4980**

**[www.st-josef.org](http://www.st-josef.org)**