

IM ANDERSLAND

Sich nah sein bei Demenz



Liebe Leserin, lieber Leser,

aufgrund der zunehmenden Lebenserwartung breiten sich demenzielle Erkrankungen im Alter immer weiter aus. Über 1,5 Millionen Menschen in Deutschland leiden daran, weltweit sind es 47 Millionen. Bis zum Jahr 2050 wird sich ihre Zahl verdreifachen, prognostizieren Wissenschaftler. Weder die genauen Ursachen der Erkrankung noch wirksame Heilungsmethoden sind bislang bekannt.

Das klingt deprimierend und pessimistisch. Doch es ist nur die halbe Wahrheit. Denn wir erleben in den Kursana-Häusern Tag für Tag, dass das Leben mit Demenz lebenswert bleiben kann. Es schenkt neue Einsichten, tiefere Gefühle, ja sogar heitere und fröhliche Phasen. Das sagt auch die TV-Moderatorin Bettina Tietjen, die in Gesprächen mit Kursana-Bewohnern über die Demenz ihres Vaters berichtete.

Wir wollen mit dieser Ausgabe des Kursana Magazins Mut machen: den Betroffenen selbst, aber vor allem auch den Angehörigen und den Pflegekräften, die mitfühlen und Tag für Tag helfen. Sie alle erleben eine Achterbahnfahrt der Gefühle. Und sie alle haben mit der Krankheit leben gelernt. Viele Beispiele und Erfahrungen dazu vereint diese Ausgabe des Magazins.

„Ihr seid nicht allein“, ist die Botschaft dieser Erfahrungen. Wir stehen an Ihrer Seite, sage ich stellvertretend für die 6.500 Kursana-Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Damit es möglich ist, eine neue Nähe zu finden „im Andersland der Demenz“.

In diesem Sinne grüßt Sie herzlich

Jörg Braesecke

Vorsitzender der Geschäftsführung Kursana

Inhalt

Das Titelthema IM ANDERSLAND

Im Mittelpunkt dieser Ausgabe stehen Erfahrungen. Wir wollen zeigen, wie vielfältig und schön das Leben im Schatten von Demenz sein kann

- 04 **Kursana sagt DANKE**
... allen Angehörigen von Bewohnern, die sich ehrenamtlich engagieren
- 06 **Bettina Tietjen:
Ein Leben mit Demenz ist lebenswert**
Die TV-Moderatorin schildert die Achterbahn der Gefühle mit ihrem demenziell erkrankten Vater
- 11 **Demenz ist kein Makel**
Kursana-Direktorin Michaela Reichenbacher über die Unterstützung von Angehörigen
- 12 **Glückliche Momente**
„Mehr Lebensqualität“ steht über allen Aktivitäten der Kursana-Häuser für Menschen mit Demenz:
- 12 **Spür-Sinn**
- 13 **Klub-Zeit & Rühr-Selig**
- 14 **Seelen-Verwandt & Lebens-Lieder**
- 15 **Finger-Fertig & Gott-Vertrauen**
- 16 **Familien-Halt & Märchen-Welt**
- 17 **Kuschel-Therapie**
- 18 **Bilder-Sprache**
- 19 **Die Pflegereform**
Was sich im Jahr 2016 für Pflegebedürftige und Angehörige geändert hat
- 20 **Ältesten-Rat**
Über 100-Jährige, denen man es nicht ansieht – Zwei Bewohner verraten ihr Lebensrezept

Titelbild: TV-Moderatorin Bettina Tietjen sprach mit Angehörigen von demenziell erkrankten Kursana-Bewohnern über ihre eigenen Erfahrungen und Gefühle – die sie in einem Bestseller-Buch festhielt

22 Mitfühlen statt widersprechen

Die „Validationsgruppe“: Hier können Bewohner so sein, wie sie sind

24 Noch „tüdelig“ oder schon dement?

Warnzeichen: Bei diesen ersten Anzeichen sollten Betroffene zum Arzt

26 Unordnung ist in Ordnung

Die „Hausunordnung“ erläutert scheinbar seltsame Verhaltensweisen von Menschen mit Demenz

28 „Hier spricht mein Herz“

In der Alltagsbegleitung demenziell Erkrankter hat Aysel Moncuk ihre Berufung gefunden

30 Gut fürs Herz – gut fürs Hirn

Jüngste Forschungsergebnisse zeigen: Es gibt Hoffnung. Ein Überblick zum aktuellen Stand

32 Streiflichter

Ein kleiner Ausschnitt aus der Vielfalt an Aktivitäten der Kursana-Häuser

35 Saubere Sache(n)

Ein Porträt des Kursana-Partners „CWS-boco“

36 Entdecken & verstehen

Humorvoll – einfühlsam – unbeschwert: Kinder- und Jugendbücher zum Thema Demenz

38 Rätseln & Gewinnen

40 Impressum



22



26



28



17



IM ANDERSLAND

Sich nah sein bei Demenz

„Das Absurde der Demenz-Welt habe ich zu schätzen gelernt. Jeder hat auf seine spezielle Art Freude am Leben. Sie freuen sich an Kleinigkeiten: an einem Stück Kuchen, einem schönen Film, am Singen. Oder darauf, bei Sonnenschein im Garten zu sitzen. Es war sehr schön für mich zu sehen, dass man so auch glücklich sein kann.“ Das sagt die TV-Moderatorin Bettina Tietjen über das Leben mit ihrem demenzkranken Vater.

Im Mittelpunkt dieser Ausgabe stehen Erfahrungen. Mut zu machen, sich in eine neue Rolle hineinzufinden, ist das Ziel. In Geschichten, Porträts und Reportagen zeigen wir, wie vielfältig und schön das Leben im Schatten von Demenz sein kann.



... Rupert Steegmüller, der im Domizil Seligenstadt bei Gottesdiensten und Sing-Nachmittagen musiziert. Schwiegermutter Maria Theobald, Jg. 1923, freut sich



... Gertrud Stöckl, die zu Besuchen bei ihrem Vater Konrad Wackenbauer, Jg. 1932, im Domizil Ergolding Bewohner und Mitarbeiter mit Selbstgebackenem beglückt



... Roland Richter, der im Domizil Merseburg die Bewohner musikalisch unterhält und täglich seine an Demenz erkrankte Frau Helma Richter, Jg. 1935, besucht



... Edeltraut Isen, die „Themen-Kaffee-Nachmittage“ im Domizil Friesenheim organisiert. Ihr an Demenz erkrankter Vater Rolf Hechinger, Jg. 1927, ist immer mit dabei



... Anette Range, die erst für ihren Vater Hanno Schmitt, Jg. 1935, am Piano der Villa Wiesbaden spielte. Nun gibt sie wöchentliche Konzerte für die Bewohner



Kursana sagt

Danke

allen Angehörigen von Bewohnern,
die sich ehrenamtlich engagieren.
Stellvertretend bei ...



... Inge Schlaak, die für die Bewohner im Domizil Grimmen Mundharmonika spielt, besonders für ihre ältere Schwester Waltraut Wossidlo, Jg. 1936



... Sigrid Röver, die im Domizil Barsinghausen wöchentlich Spiele-Nachmittage organisiert und immer wieder bei ihrer Mutter Edith Kadow, Jg. 1925, reinschaut



... Armin Kern, der täglich seine demenziell erkrankte Schwiegermutter Marga Reck, Jg. 1930, im Domizil Herzogenaurach besucht und jede Veranstaltung fotografiert



Die NDR-TV-Moderatorin inmitten der Kursana Domizil-Bewohner in Buchholz. Mit ihrer Natürlichkeit und Offenheit gewann sie sofort alle Herzen

Bettina Tietjen: Ein Leben mit Demenz ist lebenswert

Angehörige von Menschen mit Demenz durchleben eine Achterbahn der Gefühle. Bettina Tietjen kennt das aus eigener Erfahrung. Beim Besuch im Kursana Domizil Buchholz erzählt die TV-Moderatorin von Schwierigkeiten, aber auch von Momenten voller Lebensfreude.

Das Restaurant des Kursana Domizils in der Nordheide ist bis auf den letzten Platz besetzt. Mehr als dreißig Bewohner, darunter einige demenziell Erkrankte, und zahlreiche Angehörige freuen sich auf Bettina Tietjen.

Als sich der prominente Gast zu ihnen in die Runde setzt und ganz unkompliziert mit Textblatt in der Hand beim „Kursana-Lied“ mit einstimmt, springt gleich der Funke über. Schnell ist klar: Die NDR-Fernsehmoderatorin („Bettina und Bommes“, „DAS!“), deren an Alzheimer erkrankter Vater vor seinem Tod 2013 zweieinhalb Jahre im beschützten Demenz-Wohnbereich einer Hamburger Pflegeeinrichtung lebte, ist „eine von ihnen“.

„Mir hat damals der Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen sehr geholfen“, sagt Bettina Tietjen, 56.

„Es tut einfach gut, wenn man als Angehöriger eines Demenzkranken begreift, dass man nicht immer alles allein hinkriegen muss.“ Viele in der Runde nicken zustimmend. Sie wissen den Rückhalt in der monatlich stattfindenden

„Sie sprechen mir aus der Seele“

Angehörigengruppe des Kursana Domizils zu schätzen. „Es ist wichtig, auch mal seinen ganzen Frust loszuwerden“, nimmt der prominente Gast kein Blatt vor den Mund. Bettina Tietjens Buch „Unter Tränen gelacht. Mein Vater, die Demenz und ich“ wird so auch gleich Thema einer angeregten Diskussion.

„Ich musste lernen loszulassen“, fasst sie ihre Erfahrungen zusammen und spricht sich zugleich für Pflegeeinrichtungen aus: „Viele Erkrankte blühen in solchen Häusern wieder richtig auf.“ Christel Lohse, 79, deren Mann seit drei Jahren ▶

Zur Person: Bettina Tietjen

„Unsere Sofa-Diva“ nennt sie der NDR. Seit 23 Jahren ist sie Moderatorin und Gastgeberin auf dem Roten Sofa der Sendung „DAS!“. Außerdem moderiert sie die Freitagabend-Talkshow „Bettina und Bommes“ und die Radiosendung „Tietjen talkt“ auf NDR 2. Geboren wurde sie 1960 in Wuppertal, sie studierte in Münster und Paris, ist verheiratet und lebt mit Mann und zwei Kindern in Hamburg-Harburg. Ihr schwächster Moment: „Wenn ich und mein innerer Schweinehund es nicht schaffen, an Schokolade vorbeizugehen.“



Demenz ist nicht nur zum Heulen, schreibt Bettina Tietjen in ihrem Buch „Unter Tränen gelacht“. Ihre optimistische Grundhaltung teilen Betroffene und Angehörige beim Treffen in der Kursana-Runde

im beschützten Wohnbereich des Buchholzer Domizils lebt, lässt sich ihr Buch von Bettina Tietjen signieren und schwärmt. „Sie sprechen mir aus der Seele. Ihr Buch ist so positiv, ohne die negativen Seiten der Krankheit zu verschweigen. Es tröstet mich, wenn ich an schlechten Tagen darin blättern kann.“ Auch Kursana-Direktorin Andrea Buro, 48, dankt Bettina Tietjen dafür, mit wie viel Sympathie und Humor sie ihren Vater auch in den letzten Lebensjahren schildert.

„Ich möchte meine Erfahrungen in der Demenzwelt nicht missen“,

„Ich musste lernen loszulassen“

erklärt die prominente Besucherin. „Ich habe begriffen, dass ein Leben mit Demenz absolut lebenswert ist. Der Verstand ist weniger wichtig, als man glaubt.“ Sobald sie Zeit findet, möchte die Wahl-Hamburgerin ein Praktikum im beschützten Wohnbereich einer Pflegeeinrichtung machen. Ihr liegt am Herzen, den Alltag demenziell erkrankter Bewohner aus der Warte der Pflege zu erleben. „Sie stehen oft unter Zeitdruck, sind aber dennoch freundlich und den Bewohnern immer nah“, sagt sie. „Da wartet für später noch ein schönes Ehrenamt auf mich.“ ■



Ein starkes Duo

Dass es beim Thema Demenz so viel zu lachen gibt, hätten sich die 200 Gäste von Bettina Tietjens Lesung im Theatersaal der Kursana Residenz Hamburg wohl nicht träumen lassen. Auch Ilse Motscha, 86, (r.) und Charlotte Funk, 88, nicht. Obwohl beide erste demenzielle Einschränkungen erleben, tut das ihrer Lebensfreude keinen Abbruch. Lauthals freuen sie sich mit den anderen über die Anekdoten aus dem Leben des Vaters von Bettina Tietjen: „Huch, so werden wir aber nie.“

„Das tut man nicht, Vati!“ – „Wieso? Stimmt doch!“

Bettina Tietjen über Momente des Glücks und die Belastungen für Angehörige.



Darf man über Demenz lachen?

Natürlich. Schlimme Dinge sind mit Humor leichter zu ertragen. In der Demenz ist Humor eine große Hilfe, zumal die Betroffenen selbst ja meist auch gern lachen. Für sie ist die Situation sowieso viel weniger schlimm als für uns Angehörige.

Was bringt Sie zum Schmunzeln?

Das Absurde der Demenzwelt. Jeder hat seine spezielle Eigenart, trotzdem funktioniert die Gemeinschaft. Mein Vater wurde zuhause eine Zeit lang von zwei osteuropäischen Pflegerinnen versorgt. Danach hat er in einem gebrochenen Deutsch wie die beiden Frauen gesprochen. „Ich nicht weiß“ oder „Ich Hunger“. Aber in Englisch oder Französisch konnte er sich merkwürdigerweise weiterhin exzellent ausdrücken.

Ihr Vater ist mehr als drei Jahre tot. Welche Erinnerungen bleiben?

Die schönen Momente der letzten

zweieinhalb Jahre in der Pflegeeinrichtung. Wie wir zusammen gelacht haben, zusammen spazieren gegangen sind oder bei ihm auf dem Sofa saßen, Musik hörten oder Fotos anschauten.

Wann wurde Ihnen seine Krankheit bewusst?

Es war ein langsamer Prozess, er kam meiner Schwester, die ja nebenan in Wuppertal wohnte, und mir schon länger komisch vor. Aber wir haben lange gedacht, das ist „Alterstüdeligkeit“, er war ja schon „Alterstüdeligkeit“, er war ja schon gerissen, und ich habe manchmal gar nichts gemerkt. Dann hat er sich aber nach und nach verändert und typisch demente Verhaltensweisen gezeigt, wie man sie aus Filmen kennt: die Brille im Kühlschrank, die Socken im Brotkasten. Und meine Schwester hat festgestellt, dass er viel an der Tür gekauft und es im Keller gestapelt hat. Wein, Obst,

einen Staubsauger. Da kam eins zum anderen.

Wie sind Sie damit umgegangen?

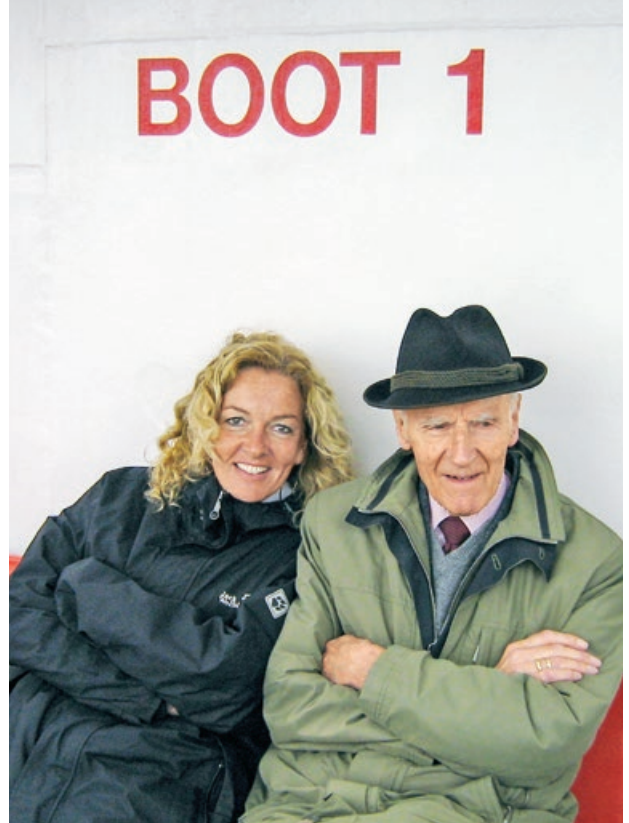
Irgendwann war uns klar: Jetzt müssen wir uns ärztlichen Rat holen. Es war der Punkt erreicht, wo es für ihn hätte gefährlich werden können. Er war stundenlang verschwunden und wir haben uns gefragt, ob er noch daran denkt, den Herd auszuschalten. Beim Neurologen gab es dann ganz klar die Diagnose: Demenz.

Was ist der „richtige Zeitpunkt“ für die Pflegeeinrichtung?

Der ist wohl bei jedem anders. Man muss emotional in der Lage sein loszulassen und diese ganzen pflegerischen Aufgaben an jemand anderen abzugeben. Das ist nicht leicht. Man denkt, man müsse es selber können.

Warum wählten Sie ein bestimmtes Pflegeheim?

Es fühlte sich ähnlich an wie hier ▶



Im Wechselbad der Gefühle: Aufmerksame Zuhörer bei der Lesung mit Bettina Tietjen ... und bei ihrem letzten gemeinsamen Ausflug nach Helgoland mit dem Vater

im Kursana Domizil: Es war schön, ins Haus zu kommen. Es war hell, freundlich, modern und geschmackvoll eingerichtet. Man merkte, da hat sich jemand Gedanken gemacht. Dann roch es nicht nach Urin – für mich ein wichtiges Kriterium. Alle von der Pflege und Verwaltung waren sehr offen, warmherzig und nett. Und auch die alten Menschen machten den Eindruck, dass es ihnen gut ginge. Das spürt man doch. Ich habe den Demenzwohnbereich angesehen und mir erzählen lassen, was mit den Bewohnern an Therapie und Beschäftigung gemacht wird. Die zugewandte Haltung der Mitarbeiter war für mich entscheidend.

Wie schafften Sie es, dem Vater nah zu bleiben?

Es gab eine Übergangsphase, die für ihn und uns nicht leicht war. Ich musste erst akzeptieren lernen, dass er sich nicht mehr mit mir auseinandersetzen konnte. Nähe mit einem demenzten Menschen funktioniert nur,

wenn man ihn dort abholt, wo er gerade steht. Das ist jeden Tag anders.

Sie fühlten sich schnell wohl unter den demenziell Erkrankten ...

Man wird auf das Wesentliche reduziert. Auf die Gefühle. Ich hätte nie gedacht, dass mein Vater so glücklich sein kann, wenn er ein Stück Sahnetorte bekommt.

Gab es auch unangenehme Situationen?

Oh ja. Es war mir am Anfang wahn-sinnig peinlich, wenn uns zum Beispiel eine Joggerin überholt hat und mein Vater laut kommentierte: „Dicker Arsch!“ Dann habe ich natürlich gesagt: „Das tut man nicht, Vati!“ Und er hat gefragt: „Wieso? Stimmt doch.“ Er hat einfach ignoriert, was sich gehört und was nicht. Ich habe mit der Zeit gelernt, damit entspannter umzugehen.

Wie ist Ihre Familie damit umgegangen?

Sehr verständnisvoll. Meine Tochter

hat mal aus Spaß vorgeschlagen, wenn es mir im Heim so gut gefällt, könnte ich doch da einziehen. Ich habe ja zuhause auch viel über meine Erlebnisse dort erzählt. Und mein Mann und die Kinder mussten schon oft zurückstecken.

Mit wem konnten Sie sich noch austauschen?

Es gab ein regelmäßiges Kaffeetrinken mit Angehörigen, Wohnbereichs- und Heimleitung und den Ergotherapeuten. Es hat mir gut getan, dass die anderen die gleichen Probleme hatten. ■

Bettina Tietjen:
Unter Tränen gelacht. Mein Vater, die Demenz und ich, Piper Verlag, München 2015, 19,99 Euro, auch als Taschenbuch und Hörbuch



Demenz ist kein Makel

Seit vier Jahren veranstaltet das Domizil Berlin-Landsberger Tor zusammen mit der Gerontologin Reinhild Wörheide Seminare für Angehörige von Menschen mit Demenz. Auch sonst wird großen Wert auf die Unterstützung von Angehörigen gelegt. Direktorin Michaela Reichenbacher, 50, beschreibt, warum dies so wichtig ist.

Angehörige sind in den Pflegealltag integriert. Warum?

Sie haben oft Probleme, mit den Persönlichkeitsveränderungen ihrer Lieben umzugehen. Da klären wir auf und bieten gleichzeitig eine Plattform zum Austausch. Man ist nicht allein und man sieht: Demenz ist kein Makel, der versteckt werden muss.

Bei welchen Fragen kann Kursana helfen?

Wir sind der zentrale Ansprechpartner. Gerade in der Einzugsphase gibt es viele Fragen. Oft geht es auch um finanzielle Belastungen, die getragen werden müssen. Oder welcher Hausarzt ins Haus kommt. Außerdem möchten die Angehörigen weiterhin helfen, dabei aber nichts falsch machen. Wir lassen niemanden mit seinen Sorgen allein.

Wie verändern sich Angehörige?

Es kommt oft zum Rückzug aus dem eigenen sozialen Umfeld. Sie neigen dazu, sich für den an Demenz erkrankten Menschen aufzuopfern. Dabei müssen sie erkennen, dass sie noch ein eigenes Leben haben, und lernen, dass der Demenzkranke in einer eigenen, abstrakten Welt lebt. Frau Wörheide hat dafür den treffenden Begriff „Im Andersland“ benutzt. Diesen Begriff kennt man sonst aus der Märchen- und Fabelwelt.

Darf ich als Angehöriger mit gutem Gewissen loslassen?

Ja, damit helfen Sie sich und ihrem betroffenen Verwandten. Zum Beispiel bei einem Kurzaufenthalt. Die „Bewohner auf Zeit“ sollen sich wohl fühlen, das ist oberstes Ziel. Neben dem pflegerisch-medizinischen Aspekt setzt Kursana auf vielfältige Beschäftigungs- und Freizeitangebote: Gymnastik, Gedächtnistraining, Gesprächskreise oder Gottesdienste helfen, sich schnell an die neue Umgebung zu gewöhnen.

Wie verlaufen die Seminare?

Die Menschen kommen zum Reden und um sich auszutauschen. Während der Eingewöhnungsphase ihrer Mutter oder ihres Vaters quält sie anfangs oft ein schlechtes Gewissen. In diesen Gesprächsrunden können wir auf solche Gefühle eingehen. Angehörige von demenziell erkrankten Bewohnern kommen über einen längeren Zeitraum regelmäßig zu uns,

weil sie enormen Gesprächsbedarf haben. Praktische Tipps, wie man mit der Krankheit umgehen kann, gehören auch dazu.

Was nehmen die Angehörigen mit aus diesen Runden?

Die Angehörigen leiden unter der Erkrankung. Aber die Gruppe kann sie so stärken, dass sie diese Gefühle nicht mehr vor dem erkrankten Verwandten zeigen müssen. Sie können ihm in der Krankheit ein starker Partner sein und die Veränderungen so nehmen, wie sie sind.

Profitieren auch Sie vom Austausch?

Natürlich. Über den Erfahrungsaustausch bekomme ich viele Eindrücke aus dem Leben der demenziell erkrankten Bewohner, die dabei helfen können, besser auf sie einzugehen. ■

Im Interview

Michaela Reichenbacher hat sich nach einer kaufmännischen Ausbildung in vielen Stationen und Weiterbildungen („meine jüngste in ‚Case Management‘“) zur Kursana-Direktorin weiterentwickelt. „Auch das ist bei uns möglich“, sagt sie, „Kursana schätzt uns Praktiker, die gut mit Menschen umgehen können.“



Glückliche Momente

„Mehr Lebensqualität“ – dieses Motto steht über allen Aktivitäten mit demenziell Erkrankten in den Kursana-Häusern. Es sind Wohlfühlangebote. Sie schaffen mehr Zufriedenheit und Eigenmotivation. Dabei sind auch die Angehörigen gefordert.

Spür-Sinn

Wenn die Hand sanft über das weiche Moos oder die kleinen Steine streicht und die Finger Baumrinde berühren, dann „fühlen“ die Senioren Erinnerungen. Das bewirkt das neue Tastbild im Demenz-Wohnbereich des **Kursana Domizils Kriftel**. Der Strandurlaub in Griechenland zum Beispiel ist wieder zum Greifen nahe – daran erinnert sich Rosemarie Jochen, 88, wenn sie mit ihren Fingerspitzen die kleinen Steine auf dem Bild

berührt. Oder die Baumrinde. Sie ist für Elisabeth Kröller wie eine hölzerne Brücke in die Vergangenheit. Die 96-Jährige ist früher gern im Wald spazieren gegangen.

Der neue therapeutische Wandschmuck im Demenz-Wohnbereich ist Teil eines Wohlfühl- und Erinnerungskonzepts. Fotos von Heinz Rühmann, Hildegard Knef und anderen Stars hängen an der Wand, nebenan im „Wohnzimmer“ hören die Bewohner ihre Lieblingsmusik. „Das alles weckt schöne Erinnerungen und führt zu mehr Lebendigkeit“, sagt Susanne Otto, 59, Leiterin der Sozialen Betreuung.

Das Tastbild entstand in handwerklicher Eigenregie. Darauf haben Susanne Otto und der ehrenamtliche Mitarbeiter Jürgen Peschke, 58, Naturmaterialien befestigt, auf die die Bewohner positiv reagieren. „Das spüren auch die Angehörigen“, sagt sie. „Wir waren oft auf Juist“, erinnert sich die Tochter Susanne Stadtmüller, 49. Ihre Mutter erlebe das nach, wenn sie am Tastbild die Muscheln fühlt. Nach dem Umzug in den geschützten Wohnbereich „ist sie aufgeblüht“, hat die Tochter festgestellt. Diese Atmosphäre zu schaffen, darin sieht Susanne Otto mit ihrem Team die wichtigste Aufgabe.

Susanne Otto – hier zusammen mit dem Ehrenamtler Jürgen Peschke beim Basteln der Tastwand – hat den Demenz-Wohnbereich im neuen Domizil Kriftel nach 2013 mit aufgebaut





Monika Richter (l.) und Sigrid Schneider (r.) ordnen beim Memory mit Betreuungsassistentin Birgit Nagel die Tiere zu. Hier sind gerade Gorillas gefragt

Klub-Zeit

Der helle Raum füllt sich langsam. Schlagermusik kommt aus dem Radio. Nach und nach treffen ein gutes halbes Dutzend Bewohnerinnen der **Kursana Residenz Krefeld** ein, decken gemeinsam den Tisch und nehmen zusammen ihren Nachmittagskaffee ein. 14:30 bis 19:30 Uhr ist Kursana-Klub-Zeit. „Ferien gibt’s bei uns nicht, wir sind jeden Tag hier“, scherzt Gerda Hütténes, 87. Der Kursana-Klub verschafft den Bewohnern Anregung und Gemeinschaft. Erfahrene Betreuungskräfte bieten Filmvorführungen, Zeitungsrunde, Sitzgymnastik, Spiele und mehr an. Fest verankert im Ablauf sind zudem das gemeinsame Tischdecken und -abräumen, Gedächtnistraining und Mobilisationsübungen – das ist wichtig, um den an Demenz Erkrankten eine feste Struktur zu bieten. Für heute hat Betreuungsassistentin Birgit Nagel, 54, ein Memory-Spiel vorbereitet. Später geht der ganze Klub gemeinsam zum Abendessen ins Restaurant – ebenfalls ein fester Baustein. Natürlich hat Gerda Hütténes auch hierzu einen lockeren Spruch: „Wir machen jetzt Nachtschicht!“, sagt sie vergnügt.

Rühr-Selig

Die sechs Bewohnerinnen in der Wohnküche im **Kursana Domizil Reichenbach** sind guter Laune. Gerade haben sie mit Unterstützung von drei Mitarbeiterinnen einen „versunkenen Kirschkuchen“ fertiggestellt.

Das Rezept stammt von Elfriede Wendler, 90. Wie ihre Mitbäckerinnen ist sie an Demenz erkrankt. Doch keine hat vergessen, wie man Zutaten abwiegt, Teig rührt, das Blech einfettet und Kirschen verteilt. Mit dem Satz „So geht das!“ schnappt Inge Uhlmann sich eine Handvoll Früchte und versenkt sie mit nur einem Wurf dekorativ im Teig. Großes Gelächter. Inge Uhlmann schaut in die Runde, dann huscht ein Lächeln über ihr Gesicht. Ein Glücksmoment für sie – und für die Mitarbeiterinnen, die die 85-Jährige aufgrund ihrer demenziellen Erkrankung oft ablehnend, misstrauisch und erzürnt erleben.

Der „Koch- und Backtag“ im Domizil findet seit zehn Jahren regelmäßig statt. Angela Röhler, 53, Leiterin der sozialen Betreuung, erklärt: „Beim Kochen und Backen erlebt sich jede Teilnehmerin nicht in ihren Defiziten, sondern als jemand, der etwas kann.“



Gelernt ist gelernt: Die Teilnehmerinnen der Koch- und Backgruppe sind in ihrem Element. Mit nur einem Wurf liegen die Kirschen auf dem Kuchen

Seelen-Verwandt

„Wir haben eine große Verbundenheit. Vom ersten Tag an“, sagt Ursel Springer, 79, und nimmt Gretel Claus an die Hand. Sie sind auf dem Weg zur sonnendurchfluteten

Ursel Springer (l.) und Gretel Claus sind enge Freundinnen



Terrasse des geschützten Komfort-Demenz-Wohnbereichs in der **Kursana Villa Königstein**.

Die Größere und elf Jahre Jüngere hat die 90-jährige Gretel Claus ins Herz geschlossen. „Wir geben uns gegenseitig Sicherheit“, sagt die ehemalige Oberstudienrätin. Das würde Gretel Claus sicher ebenso formulieren, doch durch die Krankheit hat sie ihre Eloquenz verloren – aber nicht ihr Lächeln. Sie strahlt über das ganze Gesicht, als die Freundin sie liebevoll fragt: „Gefällt dir der Sonnenschein?“

Die beiden Damen wohnen nebeneinander, sitzen beim Gedächtnistraining, Singen oder Malen immer zusammen. „Demenz muss kein Hindernis sein, Freunde zu finden“, sagt der Direktor der Villa, Matthias Damaschke-Gallen, 53. „Für Menschen mit Demenz kann es sogar einfacher sein, Verbindungen einzugehen, denn Äußerlichkeiten spielen keine Rolle mehr. Was zählt, sind der Augenblick und das Gefühl.“

Lebens-Lieder

„Darf ich bitten?“ Ingeborg Böttcher, 90, lässt sich von Alltagsbegleiter Ralph Meyer, 48, nach anfänglichem Zögern in den Innenkreis führen. Und schon wirbelt sie übers Parkett. „Kalkutta liegt am Ganges“, stimmt die Runde in der **Kursana Villa Hannover** fröhlich mit ein. Heinfried Blume, 81, schlägt mit Klanghölzern den Takt.

„Klang und Leben“ heißt das Konzept, das der Demenzcoach Graziano Zampolin mit dem Rockmusiker Rainer Schumann entwickelt hat. „Wir erleben immer wieder kleine Wunder“, sagt Zampolin: „Menschen, die nicht mehr sprechen, singen plötzlich ohne Blick aufs Textblatt ganze Strophen mit.“ Wer mag, bekommt Rasseln, Triangel oder Klangstäbe dazu, einfache Instrumente. Mit Musik angenehme Erinnerungen und damit neue Lebensfreude wecken, ist die Devise.

In der Villa ist das gemeinsame Singen, Musizieren und Musikhören Bestandteil der Betreuung. Jede Woche treffen sich Bewohner zum Musikkreis. Dieser folgt

einer festen Routine – die gleichen Lieder, der gleiche Ablauf. Das schafft Sicherheit und sorgt für einen positiven Wiedererkennungseffekt. Für Wiebke Hansen, 29, die Ergotherapeutin und Leiterin der Sozialbetreuung, ist der Effekt deutlich sichtbar. „Die Bewohner sind hinterher entspannter, aufgeweckter.“



Musik kann Wunder wirken: Lieder und Tänze wecken bei den Teilnehmern am wöchentlichen Musikkreis positive Erinnerungen

Finger-Fertig

Farbenfrohe Wollknäuel, bunte Stoffreste, ein altes Nähkästchen, im Hintergrund eine Nähmaschine – das alles sticht ins Auge, wenn man die Bewohnerinnen im **Kursana Domizil Guben** in der bequemen Sofaecke sitzen sieht. Sie plaudern, während die Finger wie von selbst ihre Arbeit erledigen. Anneliese Naschke, 86, näht mit exakten Stichen kleine Duftbeutel, und Hildegard Bolkutowytsz, 93, strickt einen Tischläufer.

Den anregenden Nachmittag verdanken sie der Betreuungsmitarbeiterin Rosemarie Röder, 61. Viel zu oft bekommen die Seniorinnen von Kindern und Enkeln zu hören: „Das kannst du doch nicht mehr.“ Ist das wirklich so?, fragte sich Rosemarie Röder und begann, ein „mobiles Nähkästchen“ einzurichten. Sie trägt es durch die Betreuungsbereiche, bei Bedarf auch auf die Zimmer. Enthalten ist alles Notwendige: Nadeln und Stricknadeln, Garn und Wolle, Fingerhut und Nadelkissen, Stopfpilz, Knöpfe, Gummiband und Schere. Hinzu kommt ein transportabler Webrahmen.

Regelmäßig treffen sich nun die fleißigen Handarbeitsfrauen. Bisweilen sinken auch die Hände in den Schoß, weil Erinnerungen hochkommen – buchstäblich aus dem Nähkästchen.

Die Finger arbeiten wie von selbst, wenn Waltraud Belteki Besuch von Rosemarie Röder (l.) mit ihrem Nähkästchen bekommt



Gott-Vertrauen



Die Gottesdienste von Schwester Katrina Dzene (l.) geben den Teilnehmern Halt im Glauben und sind wie eine Zeitreise

„Geh aus mein Herz und suche Freud ...“ Es ist ein anspruchsvolles Lied, das den Gottesdienst in der **Kursana Villa Wiesbaden** eröffnet. Die Senioren singen fast alle mit. Ohne Textblatt, ohne Gesangsbuch. „... schau an der schönen Gärten Zier“ geht es weiter. Anneliese Horneck, 92, kann das ganze Lied auswendig – obwohl ihr sonst mitunter nicht der Name ihrer Tochter einfällt.

„Ich freue mich, wenn ich merke, welche Kraft das Wort Gottes hat. Der Glaube ist tiefer verwurzelt als unser Geist“, sagt Schwester Katrina Dzene von der katholischen Pfarrei Bonifatius. Sie steht im Halbkreis aus Sesseln, Rollatoren und Rollstühlen im Kaminzimmer der Villa. Hinter ihr ein improvisierter Altar mit einer gelben Kerze und einer hölzernen Maria mit dem Jesuskind.

Die Ordensfrau hält im Wechsel mit Pfarrer Volkmar Thedens-Jekel von der evangelischen Luthergemeinde alle zwei Wochen diesen besonderen Gottesdienst ab. Sie passt sich der Welt der Senioren an und schafft es, dass schnell eine andächtige Stille entsteht. Einige der Besucher haben die Hände gefaltet und beten. Das Vaterunser ist für Anneliese Horneck eine Zeitreise. Es erinnert sie an ihre Großmutter: „Bei ihr bin ich aufgewachsen, und wir haben immer zusammen gebetet.“

Familien-Halt



Glücklich: Frieda Niedermayer im Kreis der Familienangehörigen auf ihrer letzten Geburtstagsfeier im Januar

Sie sagt nichts, sie spricht ohnehin kaum noch. Aber sie lächelt und ihre Augen strahlen. Frieda Niedermayer feiert im Kreise ihrer Lieben den 86. Geburtstag. So wie die letzten fünf Geburtstage, so wie die Geburtstage ihres Mannes Rudolf, 91, so wie andere Familienfeiern. Die Familie feiert und hält zusammen.

Seit Frieda Niedermayer im **Kursana Domizil Weiden** lebt, trifft sich die Familie hier: der Ehemann, der noch zu Hause wohnt, der Sohn, Schwiegerkinder und Geschwister. Tochter Irene Grafenstein, 67, hat den Raum – mit Unterstützung der hilfsbereiten Geister des Domizils – stimmungsvoll geschmückt und eine Torte mitgebracht. Frieda Niedermayer isst am liebsten Obstkuchen, für sie ist das größte Stück reserviert. Sie ist festlich gekleidet, darauf hat sie bestanden.

PS: Frieda Niedermayer lebt nicht mehr, sie starb am 21. März. Gemeinsam mit ihren Angehörigen haben wir uns entschlossen, sie mit diesem Porträt in Erinnerung zu halten. Die Redaktion

Märchen-Welt

Anneliese Reinecke schüttelt den Kopf. „Nein, diese Geschichte kenne ich noch gar nicht“, ist sich die 85-Jährige sicher. „Aber schön war die Erzählung von den drei goldenen Gänsen dennoch.“

Nele Langeheine, 56, Gerontotherapeutin aus Göttingen, kommt regelmäßig in das **Kursana**

Domizil Bad Lauterberg, um den Bewohnern von Aschenputtel zu erzählen, von Frau Holle oder der Goldmarie. Für ihr Publikum ist sie einfach die Märchen-Tante. „Die ältere Generation ist mit Märchen groß geworden. Die Bilder davon sind noch im Kopf, daran knüpfe ich mit meinen Geschichten an.“ Etwa 15 Zuhörer treffen sich regelmäßig in ihrer Erzählrunde. Lauschen den Worten, melden sich auch schnell mal, wenn sie da etwas anderes hören, als sie es von früher kennen. Beispielsweise, wenn Aschenputtel mit Frau Holle redet oder der Froschkönig die Pechmarie tröstet. Von wegen! Für Direktorin Renate Springborn-Aschoff, 63, ist das die Bestätigung, dass eine solche Runde gutes Gedächtnisstraining ist. „Man spürt regelrecht, wie in den Erinnerungen gekramt wird.“

Theresia Kaschik (r.) hört ganz genau zu, wenn Nele Langeheine (l.) ihre Märchen erzählt. Die Geschichten von damals sind noch präsent





Kuschel-Therapie

Der große Saal im **Kursana Domizil Meerane** ist zu einem Streichelzoo geworden. 35 Bewohner werden von Betreuerinnen zu den Stühlen in einer langen, kurvigen Sitzreihe geführt. Alle wollen nah dran sein: Erwartet werden die Alpaka-Männchen Carlos, 8, und Piero, 14. Mit ihrer Besitzerin Heike Patum sind die lamaähnlichen Tiere regelmäßig zu Gast: „Weil sie Wunder bewirken“, sagt Katja Schilling, Leiterin der Sozialen Betreuung.

Was sie meint, ist nur wenig später zu erleben. Carlos bringt selbst die Ruhigsten zum Lachen, als er sich auf den Saalboden wirft und vergnügt herumrollt. Piero geht derweil mit sanftem Blick auf Ruth Suur zu. Die sonst gänzlich in ihrer Welt versunkene 87-Jährige hebt den Kopf, schaut Piero in die Augen und steckt ihre Hand in sein wolliges Fell. Ein kleines Wunder, das man begreift, wenn man ihren Ehemann beobachtet: Er strahlt und möchte die Szene wohl nie enden lassen – immer wieder führt er die Hand seiner Frau zum Tier.

Gleich nebenan – das Meeraner Domizil besteht aus drei separaten Häusern – sorgt später am Tag „Paro“ für Glücksmomente. Paro ist ein Robbenbaby – mit weichem, weißem Fell, lang bewimperten Kulleraugen und mechanischem Innenleben. Er ist ein japanischer Roboter zur Unterstützung bei der Betreuung demenziell Erkrankter. „Nicht wahr, du spürst meine Hand?“, fragt Anna Powilight, 87, die sonst Kontakte vermeidet.

Paro antwortet mit wohligem Fiepen und streichelt mit seinen Flossen zurück. Domizil-Direktorin Andrea Tannert, 58, freut sich: „Natürlich kann der kleine Kerl die menschliche Betreuung nicht ersetzen“, sagt sie, „aber als Teil unserer Therapie ist er wirksamer als alle Medikamente.“



Alpaka-Männchen Piero (oben) und Robben-Baby Paro erobern die Herzen im Sturm – obwohl das Robben-Wollknäuel (u.) ein Roboter ist

Bilder-Sprache



Kunsttherapeutin Beatrix Mursch schlägt einen Grünton vor. Gerhard Fröhlich überlegt, verschiebt die Entscheidung aber erst einmal

Stolz schaut Gerhard Fröhlich, 84, auf das große Blatt Papier vor sich, auf das er eine pastellfarbene, abstrakte Landschaft gemalt hat. Kunsttherapiestunde in der **Kursana Villa Bonn**. Jetzt möchte er von Beatrix

Mursch, 46, wissen, mit welcher Farbe er die letzten Pinselstriche machen soll. Die Kunsttherapeutin schlägt einen zarten Grünton vor. Doch Gerhard Fröhlich legt erst einmal eine Pause ein. Dieses Gefühl,

selbst zu bestimmen, macht ihn sichtlich zufrieden.

Genau wie Elisabeth Krämer-Singh, 81. Sie möchte gerade nicht malen, will lieber alle Utensilien befühlen. Entspannt sitzt sie vor ihrem Papier – ungewöhnlich für die alte Dame, die normalerweise keine fünf Minuten stillsitzen mag. Eine andere Seniorin dagegen ist oft sprach- und teilnahmslos. In der Kunsttherapiestunde blüht sie auf und beobachtet interessiert ihre Mitbewohner aus dem Komfort-Demenz-Wohnbereich der Villa Bonn.

„Durch ihre Bilder fühlen sich Menschen mit Demenz wieder nützlich und wertvoll“, sagt Beatrix Mursch: „Sie können sich ausdrücken, auch wenn Worte fehlen.“ Aus den Kunstwerken ist inzwischen eine vielbeachtete Ausstellung in der Villa entstanden. „Viele Besucher haben schon gefragt, wo man diese Werke kaufen kann“, freut sich Direktor Carsten Weyand, „aber sie sind unverkäuflich.“

„Maßgeschneiderte, individuelle Pflege“

Die intensive Betreuung von Menschen mit Demenz gehört in allen Kursana-Häusern zu den pflegerischen Schwerpunkten. Die Kursana Villen haben dieses Konzept noch erweitert: Der „Komfort-Demenz-Wohnbereich“ bietet eine maßgeschneiderte, persönliche Rundum-Betreuung durch zusätzliche, speziell ausgebildete Bezugspflegekräfte. Weiteres besonderes Kennzeichen ist das hochwertige, stilvolle Wohnambiente. Der Bereich wird eigenständig geführt und ist architektonisch abgetrennt. Ein großer Gemeinschafts-Wohnbereich mit angeschlossener Wohnküche gehört dazu. Dessen Offenheit erleichtert den Bewohnern, ihre Umgebung schnell zu erfassen und sich frei zu bewegen. Der Terrassen- und der Gartenbereich sind ebenfalls frei zugänglich – teilweise durch mehrere Türen. Das soll dem Bewegungsdrang der demenziell erkrankten Senioren entgegenkommen, ein Verlaufen aber ausschließen. An den Türen der Appartements

hängen Vitrinen mit persönlichen Erinnerungsstücken. Sie verschaffen den Bewohnern Orientierung und helfen, ihre Identität zu bewahren. „Zu unserem Grundkonzept gehören Wertschätzung und Lebensqualität ebenso wie Sicherheit und Geborgenheit“, sagt Carsten Weyand, Direktor der Villa.

Blick in den Komfort-Demenz-Bereich der Kursana Villa Bonn



Die Pflegereform

Wer von der Pflegereform spricht, denkt in der Regel an die Neuordnung der Pflegestufen in Pflegegrade. Dies wird aber erst zum 1. Januar 2017 Realität. Doch auch schon im Jahr 2016 gibt es viele Neuerungen, die für Pflegebedürftige und pflegende Angehörige von Bedeutung sind.

Bereits seit 1.1.2015 erhalten alle rund 2,7 Millionen Pflegebedürftigen in Deutschland mehr Leistungen. Die Leistungen für die stationäre Pflege wurden um rund 1 Mrd. Euro erhöht. Die Zahl der zusätzlichen Betreuungskräfte in stationären Pflegeeinrichtungen erhöhte sich deutlich. *Quelle: BMG*

Verlängerung der Ersatzpflege

Bei der Ersatzpflege wurde das Pflegegeld bisher bis zu 28 Tage zur Hälfte von den Kassen getragen. Mit der neuen Regelung verlängert sich diese Beteiligung bei der Ersatzpflege auf 42 Tage.



Verlängerung der Kurzzeitpflege

Die Kurzzeitpflege ermöglicht Pflegebedürftigen einen Aufenthalt in einer Pflegeeinrichtung. Oft wird diese Möglichkeit genutzt, wenn die Angehörigen im Urlaub sind. Bisher durfte die Kurzzeitpflege maximal 28 Tage dauern. In Zukunft kann sie doppelt so lang sein – bis zu 56 Tage. Die Pflegekassen beteiligen sich mit 50 Prozent der Pflegesätze.



Erweiterter Anspruch auf Beratung

Der Status der pflegenden Angehörigen gegenüber den Pflegekassen wird gestärkt. Denn genau genommen hatten bisher nur die Pflegebedürftigen selbst rechtlichen Anspruch auf eine Beratung durch Pflegeberater, etwa bei Fragen zu Sozialleistungen, zur Hilfe bei der Erstellung eines Versorgungsplans oder Unterstützung bei der Umsetzung medizinisch notwendiger Maßnahmen. Der Gesetzgeber hat erkannt, dass dies nicht der Realität entspricht, und geändert. Jetzt gilt dieser Anspruch auch für die pflegenden Angehörigen. Darüber hinaus müssen die Pflegekassen den pflegenden Angehörigen unentgeltlich Pflegekurse anbieten.



Kurzzeitpflege auch ohne Pflegestufe

Bislang galt: Wer in Pflegestufe 1 oder zumindest in Pflegestufe 0 (bei Demenz) eingeordnet ist, kann die Kurzzeitpflege in Anspruch nehmen. Der Kreis der Berechtigten wurde jetzt erweitert. Seit Januar 2016 kann man unter bestimmten Voraussetzungen, zum Beispiel nach einem Krankenhausaufenthalt, auch ohne Pflegestufe eine Kurzzeitpflege beantragen. Diese „Übergangspflege“ bewilligt die Krankenkasse. Ihre Dauer ist auf 28 Tage begrenzt.



Ab 2017 wird es nach dem **Pflegestärkungsgesetz II (PSG II)** weitere gesetzliche Änderungen geben. Das **Kursana Magazin** informiert darüber in seiner nächsten Ausgabe.

Ältesten-Rat



„Ich bin 85 Jahre in der Gewerkschaft“

„Mein Geheimnis für ein langes Leben? Immer auf dem Teppich bleiben. Ich habe viel Sport getrieben, Fußball und Leichtathletik – allerdings nicht als Leistungssport, sondern als Freizeitausgleich. Schließlich war ich all die Jahrzehnte politisch und sozial aktiv. Was dabei hilft: immer bei der Wahrheit zu bleiben.“

Stefan Malkowski feiert im Juni seinen 101. Geburtstag. Er wohnt seit 2013 im Kursana Domizil Barsinghausen. Den Ort vor den Toren Hannovers hat er nach dem Krieg im Gemeinderat mit aufgebaut; der ehemalige Schlossermeister wurde in diesem Jahr für 70 Jahre SPD-Mitgliedschaft ausgezeichnet. Der Witwer ist stolz auf drei Kinder, neun Enkel und siebzehn Urenkel.



„Nein – ich bin noch nicht müde“

„Warum ich so alt geworden bin? Vielleicht, weil ich jeden Tag dankbar angenommen habe. Ich war immer in Bewegung, geistig und körperlich, in der Familie, im Beruf. Und mein Interesse für das Weltgeschehen ist geblieben. Ich wünsche mir, dass die Menschen ein wenig friedlicher, zufriedener und bescheidener werden.“

Frieda Brehmer ist 106 Jahre alt und führt damit die „Rekordliste“ der Senioren bei Kursana an. Seit 2001 wohnt sie im Kursana Domizil Schwedt, auch das ein Rekord. Einst hat sie Köchin gelernt und von 1930 bis zur Rente im Restaurant des Parkschlösschens „Monplaisir“ gearbeitet. Die Kriegerwitwe zog allein den Sohn groß, inzwischen gibt es Enkel, Urenkel und ein Ururenkelkind.



Die beiden Validationsleiter Rainer Frühsammer und Sophia Eberhardt (kl. Foto oben l.) schaffen Anerkennung und Geborgenheit ... sie muntern auf und trösten bei Bedarf

Mitfühlen statt widersprechen

Eine besondere Form der Geborgenheit und Wertschätzung erfahren Bewohner der Kursana Residenz Prien. Sie gehören der Validationsgruppe an. Hier können die demenziell Erkrankten so sein, wie sie sind.

Stirnrunzelnd schaut Angelika von Uckermann auf den Mann, der vor ihr kniet und ihr die Hand reicht. „Ich heiße Sie ganz herzlich willkommen“, sagt Rainer Frühsammer lächelnd an die 88-Jährige gewandt. „Aber Sie haben mir noch immer nicht gesagt, was das Ganze hier soll“, lautet die prompte Antwort. Die Bewohnerin der Kursana Residenz Prien ist verwirrt. Dass sie jeden Montag an dieser Validationsgruppe teilnimmt, ist ihr nicht bewusst. Rainer Frühsammer hält Blickkontakt und ermuntert sie

„Wir müssen Gefühle anerkennen“

mit zusätzlichen Fragen, den Ärger loszuwerden. Wie ausgewechselt nimmt sie danach am Gruppengeschehen teil.

Seitdem Rainer Frühsammer die Leitung der Kursana Residenz Prien übernommen hat, gibt es die Validationsgruppe. Mit derzeit sieben Bewohnern treffen sich der Gruppenleiter und seine Co-Leiterin Sophia Eberhardt regelmäßig. Die Gruppe hat ihren festen Ablauf mit Begrüßung, Singen, Gesprächen, Ballspiel und Trinkpausen. So können sie Erlebnisse aufarbeiten

und Geborgenheit sowie Wertschätzung erfahren – Werte, die die Erkrankung oft nimmt. Wichtig sind feste Routinen in Ablauf, Sitzordnung und Aufgabenverteilung: Angelika von Uckermann übernimmt Begrüßungs- und Abschiedsworte, Roman Schwaighofer versorgt alle mit Getränken, Ingrid Eichhorn stimmt die Lieder an und Dietlinde Metzmacher leitet das Ballspiel. „Dabei erfahren sie: ‚Ich kann noch etwas, bin nützlich und werde gebraucht‘“, sagt Rainer Frühsammer.

„In der Validation geht es darum, Menschen in der Lebenswelt zu



belassen, in der sie sich befinden“, erklärt der 52-Jährige. So helfe es nicht, Angelika von Uckermann darauf hinzuweisen, dass sie vergesslich ist. Stattdessen gibt er ihr die Möglichkeit, Emotionen und Gefühle loszulassen. „Der Umgang mit desorientierten alten Menschen bedeutet, nach Möglichkeiten zu suchen, miteinander zu kommunizieren – mit Worten, Gesten, Blickkontakt und Berührungen“, betont der ausgebildete Validationslehrer.

An diesem Montag dreht sich vieles um Jugenderinnerungen. „Es ging ganz banal ums Essen“, erinnert sich Dietlinde Metzmaker an ihre Kindheit ohne Vater. Nur selten habe die Mutter geweint, „aber das war dann eine Katastrophe.“ Plötzlich laufen Maria Inge Schindhelm Tränen über die Wange; sie schluchzt. Sofort verlässt Rainer Frühsammer seinen Platz und kniet sich vor die 89-Jährige. Sachte legt er die Rechte an ihre Wange und fragt: „Sind Sie traurig?“ Nach einem Nicken fügt er hinzu: „War das auch für Sie eine schwierige Zeit?“ Nickend bestätigt sie die Frage.

Für ihn als Validationsleiter seien Inge Maria Schindhelms Tränen etwas Besonderes, denn die Bewohnerin habe sich geöffnet und Vertrauen gezeigt. Noch am selben Tag möchte er dieses Erlebnis in der Einzelvalidation aufgreifen. Schön sei zudem die Reaktion der anderen. Mit den Worten „Ja, das tut weh“, richtet sich Ingrid Eichhorn an die Weinende und legt ihre Hand auf deren.

Die Themen gibt Rainer Frühsammer allerdings nicht vor; er stellt lediglich Fragen. Das Gespräch lenken die Teilnehmer selbst. Dieses Mal ist es gerade Angelika von Uckermann, die zuerst von den Kriegserlebnissen des Vaters berichtet und damit die anderen anregt. Immer wieder spricht sie, die den Sinn des Treffens nicht begreift, sich etwas von der Seele. „Es tut mir leid“, sagt sie in ihren Abschiedsworten. „Ich finde den Kreis hier nett, aber ich kann mir die Namen nicht merken.“ „Ach“, ruft daraufhin Dietlinde Metzmaker. „Das ist doch nicht wichtig.“ ■

Der „Kursana-Tagesklub“

Eine strukturierte Tagesbetreuung für Menschen mit Demenz bieten alle Kursana Residenzen unter dem Begriff „Tagesklub“ an (s. auch S. 13). Die Teilnehmer werden in einem wohnlich eingerichteten Klub-Appartement durch erfahrene Betreuungskräfte umsorgt. Das Beschäftigungsangebot reicht vom Basteln, Gedächtnistraining und Singen bis zu Gymnastik. Grundsätzlich wendet sich der Klub nicht nur an Bewohner, sondern steht auch betroffenen Mitbürgern offen. „Die pflegenden Angehörigen bei auswärtigen Klub-Besuchern könnten in der Zeit Kraft schöpfen und sich erholen“, erläutert Krefelds Residenz-Direktorin Angelika Hensen diesen beabsichtigten Nebeneffekt.

Validation für den Alltag

- Vertrauen herstellen durch eindeutige, aber nicht wertende oder gar abwertende Sätze, z. B.: „*Worüber sind Sie traurig?*“ statt „*Ist doch nichts passiert.*“
- Das Gesagte aufgreifen und positiv umformulieren, z. B.: „*Meine Nachbarin lässt sich gehen!*“ – „*Sie kleiden sich auch immer sehr schön – Wie machen Sie das?*“
- Die Beziehung anregen durch gemeinsames Erinnern, z. B.: „*Erzählen Sie mir noch einmal von Ihrer Hochzeit!*“
- Sicherheit geben mit ehrlichem, engem Augenkontakt.
- Stress abbauen mithilfe einer klaren, sanften und liebevollen Stimme.
- Nähe erzeugen durch Berührungen – wenn der Mensch dies zulässt.
- Energie geben, indem bekannte Musik gespielt oder Lieder gesungen werden.

Literaturtipp

Naomi Feil, *Validation in Anwendung und Beispielen – Der Umgang mit verwirrten alten Menschen*, Reinhardt Verlag 2010

Noch „tüdelig“ oder schon dement?

Wenn geistige Fähigkeiten nachlassen, ängstigt das Betroffene und Angehörige. Umso wichtiger ist es, so schnell wie möglich zum Arzt zu gehen. Das schafft Klarheit und ermöglicht eine Zukunftsplanung.

Flughafen Berlin-Schönefeld, Abflughalle. Ingeborg Linke ist aufgekratzt. „Kinder, es war schön im Urlaub. Jetzt geht’s nach Hause!“, ruft sie und schaut freudig in die Gesichter ihrer Lieben. Sohn Manfred und Enkel Vincenz blicken sie erschrocken an. Vincenz findet als erster die Fassung wieder: „Oma, wir waren noch gar

nicht im Urlaub. Wir fliegen jetzt erst hin.“ Ingeborg Linkes Lächeln erstarbt. Diese Begebenheit erzählt Manfred Linke, wenn man ihn fragt, wann er das erste Mal bemerkt hat, dass die Mutter mehr als nur ein bisschen vergesslich ist. Sie „aus Zeit und Raum fliegt“, wie er heute sagt. Dass sie schon seit Wochen immer wieder Fremde



nach dem eigentlich vertrauten Weg zur nahe gelegenen Kaufhalle fragt, erfährt Manfred Linke später durch einen Zufall. Noch am selben Tag geht er zum Hausarzt, schildert die Symptome und fragt: Kann es Demenz sein?

Michael Weigert, Facharzt für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie in Leipzig, kennt viele dieser Geschichten aus seiner Praxis: „Angehörige und Betroffene werden oft erst durch gravierende Gedächtnislücken, Verhaltensstörungen und Wesensänderungen aufmerksam. Manche Symptome entwickeln sich langsam. Sie können sich zunächst hinter einer gut erhaltenen Fassade verbergen und werden deshalb häufig übersehen, toleriert oder verdrängt.“ Meist sind es die Betroffenen selbst, die die Möglichkeit einer Erkrankung nicht wahrhaben

Sie sind nicht allein!

Kursana hilft: Kursana hat seit über 30 Jahren Erfahrung in der Betreuung von Menschen mit Demenz. Die Mitarbeiter der Häuser sowie die Angehörigen bieten vielfältige Aktivitäten an, die Menschen mit Demenz in ihren individuellen Eigenschaften und Fähigkeiten, in ihrer Selbstständigkeit und Würde stützen und fördern. Lassen Sie sich beraten. Die Adressen und Kontaktdaten der nächstgelegenen Kursana-Einrichtung finden Sie unter: www.kursana.de

Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft berät Betroffene und Angehörige in 136 regionalen Alzheimer-Gesellschaften sowie am Alzheimer-Telefon: 0 30 . 2 59 37 95 14 / www.deutsche-alzheimer.de



Bei diesen ersten Anzeichen sollten Betroffene zum Arzt:

- Ungewöhnliche Vergesslichkeit
- Räumliche und zeitliche Orientierungsprobleme
- Sprachliche Schwierigkeiten
- Abstreiten von Fehlern, Irrtümern und Verwechslungen
- Rückgang der Konzentration
- Eingeschränktes Denk- und Urteilsvermögen
- Verlangsamte Reaktionen
- Schwierigkeiten, gewohnte Tätigkeiten auszuführen
- Wesensänderungen wie plötzliche Reizbarkeit, Misstrauen, Ängstlichkeit
- Verlust der Eigeninitiative

wollen. Die Folge: Ein Arztbesuch kommt gar nicht in den Sinn.

„Dabei wäre es so wichtig, rechtzeitig einen Arzt aufzusuchen“, sagt Monika Kaus, Vorsitzende der Deutschen Alzheimer Gesellschaft. Das Problem: Demenz-Erkrankungen sind mit vielerlei Ängsten verbunden. „Die Betroffenen sind stark verunsichert“, sagt sie: „Sie haben große Angst vor dem Verlust ihrer Selbstständigkeit, vor Entwürdigung und vor der Abhängigkeit von der Hilfe anderer.“

Dabei sind gelegentliche Vergesslichkeit und Konzentrationsschwäche bis zu einem gewissen Maß normal. Und auch andere Krankheiten führen zu Vergesslichkeit: Herzschwäche zum Beispiel oder Schilddrüsenerkrankungen oder

Depression, auch Eisen- oder Vitaminmangel.

Auf alle Fälle schafft ein möglichst früher ärztlicher Befund Klarheit für Betroffene und Angehörige. Denn wird Alzheimer oder eine andere Demenzerkrankung im frühen Stadium festgestellt, ist es mit Medikamenten und Therapien möglich, die geistigen Fähigkeiten länger zu erhalten. So könnten

Betroffene noch selbst wichtige Entscheidungen treffen, zum Beispiel eine Vorsorgevollmacht aufsetzen und damit bestimmen, wer später als rechtlicher Betreuer handeln soll. „Wichtig ist auch: Wenn Familie und Nachbarn rechtzeitig wissen, dass es sich um eine Krankheit handelt, werden sie eher Verständnis und Unterstützung aufbringen“, sagt die Vorsitzende der Alzheimer Gesellschaft.

Doch was genau heißt „rechtzeitig“? Monika Kaus: „Wenn neben Gedächtnisproblemen noch weitere Störungen erkennbar sind – wie Orientierungslosigkeit oder Sprachvermögen, dann ist der richtige Zeitpunkt, zum Arzt zu gehen.“

Bei Ingeborg Linke, die bei Abflug am Flughafen meinte, sie komme bereits aus dem Urlaub, hat sich der Verdacht auf Demenz bestätigt. Das haben die umfangreichen Untersuchungen ergeben, zu denen unter anderem das Patientengespräch, Erkenntnisse zum sozialen Verhalten und häuslichen Umfeld, Labor-Untersuchungen, Tests sowie ein MRT des Kopfes gehörten. Jetzt gilt es, für sie die richtigen Behandlungsmöglichkeiten optimal einzusetzen – damit sie ihre Lebensqualität noch möglichst viele Jahre bewahren kann. ■

Unordnung ist in Ordnung

Im Kursana Domizil Künzell gehört das Durcheinander dazu. Eine „Hausunordnung“ erläutert die scheinbar seltsamen Verhaltensweisen der demenziell erkrankten Bewohner.



Im geschützten Wohnbereich ist alles erlaubt und möglich – wie ständiges Hin-und-Her-Tragen oder nicht zueinander passende Kleidung (Anmerkung: Alle Fotos sind gestellt)

Auf dem Tisch liegt eine Puppe. Im Sessel hat jemand ein Märchenbuch vergessen, und der ältere Herr, der im Flur herumläuft, trägt zwei verschiedene Hausschuhe. Wenn jemand die Augen zufallen, schläft er dort, wo er gerade sitzt.

„Angehörige lernen: Hier ist alles anders“

Ungewöhnliche Verhaltensweisen sind im Demenzwohnbereich des Kursana Domizils Künzell ausdrücklich erlaubt und werden in

einer so genannten „Hausunordnung“ erläutert: Neun Merksätze weisen Besucher und Angehörige darauf hin, was sie erleben können. „Wir wollen transparent machen, dass sich alles ändert, wenn Menschen demenziell erkranken“, erklärt

Wohnbereichsleiterin Simone Weichelt, 49. Die Unordnung geht in Ordnung, sie ist Programm. „Wir möchten die Bewohner nicht aus

ihrer eigenen Welt herausreißen, sondern sie begleiten“, sagt sie.

„Die Kleidungsstücke passen nicht zusammen, aber ich habe mich alleine angezogen“, heißt es etwa in einem der Merksätze: „Angehörige müssen sich gerade bei diesen alltäglichen Veränderungen in Erinnerung rufen, dass das jetzt richtig ist“, sagt die Demenz-Pflegekraft. „Auch wenn die Mutter früher immer akkurat angezogen war, ist es heute ein

Die Hausunordnung

Die „Hausunordnung“ (siehe Abbildung links) hängt nicht nur im Kursana Domizil Künzell aus. Auch andere Kursana-Pflegeeinrichtungen haben die ungewöhnlichen Merksätze des Zusammenwohnens und -lebens mit demenzkranken Menschen für sich – und für die Angehörigen – entdeckt. Entwickelt wurden sie vor fast zehn Jahren im Kursana Domizil Stavenhagen.



Es kann alles angefasst und hin und her getragen werden. Die Bewohner müssen immer etwas zu tun haben.

Es hängen einige Bilder schief. Manche Bewohner fassen die Bilder eben gerne an.

„Mein“ und „Dein“ ist nicht so wichtig. Gekennzeichnetes Eigentum können wir jederzeit den Bewohner wieder zuordnen.

Das Wandern ist des Müllers Lust. Die Bewohner brauchen viel Bewegung und können daher Tag und Nacht im Wohnbereich spazieren gehen.

Die Schränke sind nicht aufgeräumt. Die Bewohner räumen gerne. Viele haben das schließlich ihr ganzes Leben lang getan.

Die Kleidungsstücke passen nicht zusammen, aber ich habe mich alleine angezogen. Wir unterstützen die Bewohner in ihrer noch vorhandenen Selbstständigkeit.

In Handtaschen und Koffern kann man „Gefundenes“ gut transportieren. Die Bewohner fühlen sich mit einer Tasche sehr wohl.

Mein Bett ist besetzt. Das macht nichts. Für die Bewohner ist jedes Bett ein Platz zum Ausruhen.

In Gemeinschaft schläft es sich auch im Sitzen gut. Ein Nickerchen der Bewohner ist ein Ausdruck des Wohlbefindens.

großer Erfolg, wenn sie sich allein ankleidet – ob die Farben zusammenpassen oder nicht.“

Ursula Fladung, 78, und ihre Tochter Birgit Krönung, 47, spüren, wie sich diese Grundhaltung positiv auswirkt. „Mein Vater ist aufgeblüht“, sagt die Tochter. Ihre Mutter spricht von Sicherheit und Geborgenheit, in der ihr 82-jähriger Mann jetzt zuhause sei. „Ich habe ein gutes Gewissen, denn er ist hier in guten Händen. Ich

selbst bin viel ruhiger geworden.“ Reinhild Hierl, 52, war erleichtert, als ihre 83-jährige Mutter in den familiären Demenz-Wohnbereich umzog. Auch sie hat dazugelernt. Bei ihrem ersten Besuch sei ihr aufgefallen, dass es keine Tischdecken gibt. „Später habe ich gesehen, dass ein Bewohner die Tischdecken ordentlich zusammenfaltet und in einer Schublade versteckt. Das macht ihn glücklich.“ ■



Die Begeisterung für ihre Arbeit ist Aysel Moncuk anzusehen. Sie ist mit Leib und Seele dabei. Damit lockt sie auch die Bewohner aus der Reserve

„Hier spricht mein Herz“

In der Alltagsbegleitung demenziell erkrankter Menschen hat Aysel Moncuk ihre Berufung gefunden. Im Kursana Domizil Hamburg-Billstedt gibt die Betreuungskraft mit türkischen Wurzeln Bewohnern mehrerer Kulturen ein Stück Heimat.

„**Mein Herr, darf** ich bitten?“, sagt Aysel Moncuk, 38, zu Edward Suck, 88, und reicht ihm den Softball. „Das schaffen Sie mit links!“ Der Bewohner zielt auf den Basketballkorb in der Mitte des Stuhlkreises – und trifft. Strahlend reicht er den Ball an seine Sitznachbarin Inge Knoll, 78, weiter, die lässig ausholt und diesen Ball wie jeden vorher im

Korb versenkt. „Unsere Powerfrau“, ruft Aysel Moncuk und klatscht mit den anderen Beifall. Paso Yildirim erreicht die Begeisterung heute noch nicht. Aysel Moncuk streichelt ihm sanft die Wangen und ermuntert ihn auf Türkisch, bis der 88-Jährige nickt und einen Versuch startet.

„Alte Menschen brauchen Liebe“

Mit Zuneigung, persönlicher Ansprache und vielen Umarmungen schafft es die Betreuerin im Kursana Domizil Hamburg-Billstedt, dass schließlich alle 14 Teilnehmer der morgendlichen Bewegungsrunde wach dem Geschehen folgen. Das Beschäftigungsangebot für die demenziell

erkrankten Bewohner des geschützten „Sonnenland“-Wohnbereichs ist der Hamburgerin mit türkischen Wurzeln sichtbar wichtig. „Alte Menschen brauchen Liebe“, sagt sie: „Hier spricht mein Herz.“

Es dauerte, bis Aysel Moncuk den Weg in die Altenpflege fand: Ausbildung zur Schneiderin, Tätigkeit beim Zoll, fünf Jahre Schließerin in einer Strafvollzugsanstalt – als einzige Frau unter 15 Kollegen. „Als ich Mutter geworden bin, kam dieser Job für mich nicht mehr infrage“, sagt die Alleinerziehende einer siebenjährigen Tochter. Anfang 2015 nahm Aysel

„Brücken zwischen Kulturen bauen“

Moncuk an einer dreimonatigen Umschulung zur sogenannten „Betreuungskraft nach Paragraph 87b“ teil. Einer ihrer Dozenten war Antonio Tabatabai, 38, Leiter der sozialen Betreuung im Kursana Domizil Hamburg-Billstedt. Er warb sie direkt von der Berufsfachschule an – und hat es nicht bereut: „Aysel ist hoch motiviert und kreativ“, lobt er. „In unserem multikulturellen Haus mit Bewohnern aus sechs Nationen sind Mitarbeiter, die kulturelle Brücken bauen können, ein Geschenk.“

„Aysel Moncuk sorgt dafür, dass sich meine Eltern bei Kursana zuhause

fühlen“, sagt Sabit Yildirim, 60, der seinen Vater Paso, seine Mutter Vahide, 86, und mit Hanim Yilmaz, 86, eine weitere Verwandte täglich besucht. Manchmal sei es nur eine kleine traditionelle Geste, wie das Küssen der Hand als Ehrerbietung vor dem Alter, mit der die Betreuungskraft seine Angehörigen glücklich mache.

Paso Yildirim ist mittlerweile beim Basketball wieder an der Reihe. Aysel Moncuk spornt ihn nochmals liebevoll an – und der alte Herr wirft den Ball dreimal hintereinander in den Korb. Jetzt gehört der Applaus der Gruppe ihm. ■

Quereinsteiger willkommen

„Zusätzliche Betreuungskräfte nach § 87b SGB XI“ begleiten Bewohner von stationären oder teilstationären Pflegeeinrichtungen im Alltag. Sie motivieren zu Aktivitäten, regen die Sinne an und unterstützen den Erhalt der Alltagskompetenz. Die Betreuungskräfte stimmen sich mit dem Pflegeteam ab, übernehmen aber keine pflegerischen Tätigkeiten. Die Ausbildung ist für Quereinsteiger mit guten kommunikativen und sozialen Fähigkeiten geeignet und in Vollzeit oder berufsbegeleitend möglich. Die Qualifizierungsmaßnahme, bei der ein Schwerpunkt auf dem Thema Demenz liegt, umfasst einen Basis- und einen Aufbaukurs „Betreuungsarbeit in Pflegeheimen“ mit 160 Unterrichtsstunden und zwei Praktika. Informationen geben alle Kursana-Häuser.

Aysel Moncuk setzt auf persönliche Ansprache. Mit vertrauten Gesten baut sie zusätzlich Brücken zu Paso Yildirim und den anderen Bewohnern aus sechs Nationen



Gut fürs Herz – gut fürs Hirn

Wann wird Alzheimer* heilbar? Jüngste Forschungsergebnisse zeigen, dass der medizinische Durchbruch noch nicht in Sicht ist. Aber es gibt Hoffnung. Ein Überblick zum aktuellen Stand.

Kann man das Fortschreiten der Krankheit wenigstens stoppen? Das ist eine Kernfrage, die sich die meisten stellen, wenn sie erfahren, dass Vater oder Mutter an Alzheimer erkrankt sind.

Immer wieder kommen neue Medikamente auf den Markt. Doch der

Münchner Alzheimer-Experte Professor Panagiotis Alexopoulos warnt: „Gegenwärtig gibt es keine Medikamente, die im Frühstadium der Krankheit eingesetzt werden können, um das Fortschreiten der Demenz zu verhindern oder hinauszuzögern.“ Also keine Hoffnung?

Die „Alzheimer Forschung Initiative“ fördert Forschungsprojekte zum Thema Demenz. Und da eröffnen sich dann doch Perspektiven, die Zuversicht aufkommen lassen. Zum Beispiel ein laufendes deutsch-französisches Projekt: mit Koffein gegen Alzheimer. Dabei wird die Wirkung eines dem Koffein ähnlichen Stoffes



gegen Eiweißablagerungen aus Beta-Amyloid überprüft. Diese lösen die Krankheit aus. Erweist sich der Wirkstoff als effektiv, könnte daraus dann ein entsprechendes Medikament entwickelt werden.

Auch bei dem Forschungsprojekt des Bonner Professors Dieter Lütjohann geht es um die Beseitigung der Amyloid-Ablagerungen. Mögliche Ursache dieser vermehrten Ablagerungen ist eine Störung des Cholesterin-Transports im Gehirn durch das Protein Apolipo E4. Mit der Entwicklung von Wirkstoffen, die den Cholesterin-Transport beeinflussen, könnten auch die Symptome von Alzheimer bekämpft werden. Das Forschungsprojekt dauert noch bis 2017.

Die Melbournner Wissenschaftler Colin Masters und sein Heidelberger Kollege Konrad Beyreuther haben die Grundlagen dafür gelegt, dass es in der medikamentösen Behandlung von Alzheimer doch zu einer Art „Durchbruch“ kommen kann. Professor Konrad Beyreuther: „Es gibt

keine Heilung, aber wir werden den Verfall aufhalten können.“ Sein Optimismus basiert auf den Forschungsergebnissen zweier US-Pharmakonunternehmen. Eli Lilly stellte 2015 den Wirkstoff „Sola“ vor. Der Antikörper Solanezumab gelangt besser ins Gehirn und soll so gegen die Eiweiß-Ablagerungen von Amyloid helfen. Sollten sich die positiven Untersuchungsergebnisse bestätigen, wäre im Jahr 2017 das Medikament auf dem Markt. Allerdings: Es wirkt nur im Frühstadium der Krankheit, bei fortgeschrittenem Verlauf bleibt es wirkungslos.

Hoffnung macht auch ein Wirkstoff, den die Firma Biogen entwickelt hat. Die Ausgangsfrage des Forschungsprojekts: Warum sind einige alte Menschen geistig so fit? Bei den Untersuchungen dieser hochbetagten Personen fand man Immunzellen, die beim Zusammentreffen mit Amyloid Antikörper bilden und die Eiweißablagerungen zersetzen. In einer Versuchsreihe mit alzheimerkranken Patienten wurden erstaunliche Erfolge festgestellt. Jetzt geht

Früherkennung im Fokus

das Medikament in einen Großversuch. Bevor es auf den Markt kommen kann, werden noch mindestens drei Jahre vergehen. Und auch am Fraunhofer-Institut in Halle/Saale wurden Antikörper entwickelt, die gezielter gegen die gefährliche Variante von Amyloid eingesetzt werden können. Noch fehlen aber auch hier relevante Praxisergebnisse.

Karl Broich, Präsident des Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM), sieht eine wichtige Perspektive der Forschung aber in der Früherkennung: „Die Grundlagenforschung sagt uns, dass Therapien schon zu einem Zeitpunkt ansetzen müssen, wenn es noch gar keine Symptome gibt. Die Entwicklung geht hin zu sogenannten Biomarkern, die uns Hinweise auf eine spätere Alzheimer-Erkrankung geben, bevor sie überhaupt zu irreversiblen Gehirnschädigungen führt.“ ■

** „Demenz“ ist der Oberbegriff aller Krankheitsbilder, die mit dem Verlust der geistigen Funktionen einhergehen. „Alzheimer“ ist die häufigste Form („Neurodegenerative Demenz“)*

„Gesunder Lebensstil bremst Alzheimer aus“

„Alzheimer ist kein unbeeinflussbares Schicksal“, sagt Professor Frank Jessen, Direktor am Universitätsklinikum Köln, der maßgeblich an der Ausarbeitung für Leitlinien zur Behandlung von Demenzerkrankungen beteiligt ist. „Es gibt wahrscheinlich Möglichkeiten, das Risiko einer Erkrankung zu mindern. Als Faustregel gilt: Was dem Herz gut tut, hilft auch dem Gehirn.“ Es gelte, Diabetes, Bluthochdruck und Übergewicht im Auge zu behalten, um frühzeitig medizinisch entgegenzuwirken. Ein gesunder, aktiver Lebensstil, körperliche Bewegung und ein aktives soziales Leben seien weitere Faktoren, die Alzheimer ausbremsen können.

Der Mensch ist ein soziales Wesen: Ein Leben in Gemeinschaft kann Alzheimer entgegenwirken, sagen die Experten



Streiflichter

Ein Ausschnitt aus der Vielfalt der Veranstaltungen, Engagements und Besonderheiten der 116 Kursana-Häuser.

Aus den Domizilen

Kursana Domizile bieten pflegebedürftigen Senioren aller Pflegestufen ein sicheres und selbstbestimmtes Leben. Die Häuser entsprechen dem neuesten Stand an Wohnkomfort und Funktionalität. Zentraler Bestandteil: die 24-Stunden-Betreuung. Angeboten werden auch beschützende Wohnbereiche für Menschen mit Demenz.

Greifswalder mit Biss



Eine ungewöhnliche, inzwischen aber unentbehrliche Serviceeinrichtung gibt es seit Anfang des Jahres im **Kursana Domizil Greifswald**: eine Zahnarztpraxis. Die Praxisräume – für Bewohner und Externe – befinden sich im Erdgeschoss des Domizils, das Foyer wird als Wartebereich mitbenutzt. „Das ist praktizierte Teilhabe am gesellschaftlichen Leben“, sagt Domizil-Direktor Hartmut Grotehans.

Jung hilft Alt ins Internet



Im hohen Alter noch einmal die Schulbank drücken, das ist für Senioren aus dem **Kursana Domizil Seligenstadt** kein Problem. Sie besuchen den Computerunterricht in der nahe gelegenen Merianschule und lassen sich von Neuntklässlern zeigen, wie man das Internet nutzt.

Klingeling, der Eismann kommt



Die heiße Jahreszeit wird wieder zu einer besonderen Freude für die Bewohner im **Kursana Domizil Lingen**: Dann rollt das „Eismobil“ durch

die Wohnbereiche. Das köstliche Schmuckstück hatte im vorigen Jahr Bernhard van Olfen, 51, (Mitte) in ehrenamtlicher Tischlerarbeit gebastelt. Inzwischen ist er hauptberuflich (u.a.) „Eismann“: Er hat umgeschult zur Betreuungsfachkraft.

Projektion vor dem geistigen Auge



Mit den Fingern „spazieren gehen“ kann man auf dem Tast-Modell des Freizeitparks. Das **Kursana Domizil Kriftel** hilft so Blinden und sehbehinderten Menschen bei der Orientierung in dem Park, der in der Nachbarschaft der Einrichtung liegt. Im Plan sind Fixpunkte markiert und in Blindenschrift genannt.

Wunschkonzert per Hausfunk

„Der Wetterbericht für heute: Die Sonne wird den ganzen Tag scheinen; Sie können beim Gartenspaziergang die Strickjacke im Zimmer lassen.“ Sandra Heinrich, Leiterin der sozialen Betreuung, gibt im neuen „Hausfunk“ des **Kursana Domizils Guben** Tagestipps und sagt, wer heute Geburtstag hat.



Aus den Residenzen

Residenzen haben einen hotelähnlichen Charakter, es gibt Ein- bis Drei-Zimmer-Appartements. Bei Bedarf steht eine Vielzahl an Serviceleistungen zur Verfügung – bis zur Pflege im Appartement oder im integrierten Pflegewohnbereich mit komfortablen Einzel- und Doppelzimmern.

Chronistin mit der Kamera



Ob bei Veranstaltungen in der **Kursana Residenz Hamburg** oder Spaziergängen im Stadtteil Niendorf – ohne ihre Kamera ist Karin Jählig, 80, selten anzutreffen. „Viele Mitbewohner sprechen mich auf meine Fotografien an, weil sie die Skulpturen, Gebäude oder prächtigen Bäume in unserer Umgebung übersehen haben“, sagt sie. Mit Acrylfarben malt sie die schönsten Fotos später nach.

Guter Ton dank Kursana-Quartett

Einen hohen Stellenwert hat traditionell die klassische Musik in der **Kursana Residenz Prien**: Immer wieder gibt es Konzerte bekannter Musiker. Mittlerweile verfügt das Haus sogar über ein eigenes „Kursana Quartett“. Das älteste Mitglied wurde gerade 90; „Nesthäkchen“ ist die 25-jährige Ergotherapeutin Sophia

Eberhardt, die Initiatorin und Cellistin des Quartetts.



Engagement für die Innenstadt

Die **Kursana Residenz Krefeld** liegt mitten in der Innenstadt – Grund genug für Direktorin Angelika Hensen (Foto unten) und die Bewohner, sich an dem NRW-Projekt „Altengerechte Innenstadt“ zu beteiligen. Forderungen unter anderem: erhöhte Bänke in seniorengerechter Höhe, die das Wiederaufstehen erleichtern, barrierefrei erreichbare Arztpraxen und Kirchen sowie mehr fußgängersichere Straßenübergänge.



„Chauffeur“ mit Herz



Als „Chauffeur“ ist er der Liebling vor allem der weiblichen Bewohner in der **Kursana Residenz Wedel**: Michael Schneider, 61, begleitet die

Seniorinnen ehrenamtlich zu Ausflügen und Einkaufsbummeln. „Wir lachen viel“, meint er, „und wenn ich sehe, wie sie aufblühen, fühle ich mich reich beschenkt.“

Gedichte als späte Leidenschaft



Als Handwerkszeug dient ihr eine betagte Reiseschreibmaschine. Doris Ender, 91, hat in der **Kursana Residenz Fürth** die Poesie für sich entdeckt. Allein im letzten Jahr entstanden 50 neue Gedichte. „Wenn mich etwas bewegt, muss ich es aufschreiben“, sagt sie. Den Anstoß gab übrigens der Kurs „Gedächtnistraining“ in der Residenz.

„De bello gallico“ auf Abruf



Für die einen sind es die schlimmsten Schülererinnerungen, für die anderen genussvolle Herausforderungen im Alter: die Lateinstunden. In der **Kursana Residenz Regensburg** erfreut sich die wöchentliche Sprachrunde mit der Lateinlehrerin Claudia Hommel, 58, großer Beliebtheit. „Es ist überraschend, wie viele Vokabeln noch im Gedächtnis schlummern“, sagt sie.

Aus den Villen

Außergewöhnliche Lage und exklusive räumliche Ausstattung zeichnen die acht Villen aus. Jede bietet drei individuelle Wohnformen: Premium-Wohnen, Komfortpflege und spezielle Komfort-Demenzpflege. Die Senioren leben in stilvollem Gründerzeit-Ambiente mit höchstem Wohnkomfort.

Vom Mannequin zur Malerin



Mit Schönheit hatte sie schon immer zu tun: Waltraud Michael-Niethammer, 93, war früher Mannequin und Besitzerin einer Boutique. Heute malt sie leuchtende Blumenbilder und Landschaften. Die **Kursana Villa München**, in der sie seit Mai 2015 lebt, ehrte sie mit einer Ausstellung von 50 ihrer schönsten Aquarelle. Sie malt seit etwa 20 Jahren und hat damit nach dem Tod ihres Mannes begonnen. Als sie in die Villa einzog, entdeckte sie ihr Hobby wieder. Ihr Schaffensdrang hält an. Die nächste Ausstellung ist bereits geplant. Aber verkaufen will sie die Bilder nicht, es sollen Erinnerungsstücke bleiben.

Schwofen zu Live-Musik



Von wegen steife Nordlichter: Die Bewohner der **Kursana Villa Reinbek** sind absolut tanzbegeistert. Auf ihren Wunsch hin gibt es seit Anfang des Jahres einen regelmäßigen Tanztee zu Live-Musik. Die Seniorinnen Dr. Jutta Sülzt, 81, und Marlis Riehl, 84, lassen kaum einen Tanz aus. Meist mehr als ein Dutzend externer Gäste (Foto) schwofen begeistert mit.

80 Jahre Freiheit über den Wolken

Noch im letzten Jahr saß er im Cockpit – ausnahmsweise als Beisitzer: Johann Schürger, 94, ist seit 80 Jahren begeisterter Segelflieger. Der gebürtige Fuldaer gehört zu den Flugpionieren der „Wasserkuppe“, dem Eldorado der Segelflieger. „Das lautlose Gleiten in der Luft hat mich von Anfang an fasziniert“, sagt der heutige Bewohner der **Kursana Villa Hannover**.



Benefizkonzert für Flüchtlinge

Mit einem Benefizkonzert hat die **Kursana Villa Königstein** den „Freundeskreis Asyl“ unterstützt, der in der Taunus-Stadt ein „Café der Begegnung“ einrichten will. Großen Beifall gab es für den erst 17-jährigen Pianisten Mohin Jan Fariod. Unterstützt wurde er vom Bad Vilbeler Kammerorchester. Der Dirigent des Ensembles, Klaus Albert Bauer (r.) hat eine starke Verbindung zu Kursana: Seine Eltern wohnen in der Villa.



Mit Gedichten Brücken bauen



Lars Ruppel ist ein Meister der Sprache. Der Dichter und Kabarettist möchte Menschen mit Worten aufwecken und motivieren. Wie man so auch Demenzkranke erreicht, erläuterte er in der **Kursana Villa Oberursel** Betreuungskräften aus den vier Rhein-Main-Villen Frankfurt, Wiesbaden, Königstein und Oberursel. Geplant ist ein regelmäßiger „Nachmittag der Poesie“.

Saubere Sache(n)

Hygiene und Sauberkeit werden groß geschrieben in den Kursana-Häusern. Das kontrollieren das interne Qualitätsmanagement und die Experten von Heimaufsicht und MDK. Ebenso tragen die Kursana-Partner dazu bei, wie „CWS-boco Deutschland“. Das Unternehmen aus dem hessischen Dreieich stellt seit zehn Jahren die Dienstkleidung für alle Pflegekräfte zur Verfügung, wäscht, desinfiziert, pflegt, repariert und ersetzt sie.

Ein Beispiel ist der kurzärmelige Kasack, der den traditionellen Kittel abgelöst hat. Der Kasack mit den zwei Seitentaschen und dem modisch rot abgesetzten Blusenausschnitt gehört inzwischen ebenso zum Erkennungszeichen der Kursana-Mitarbeiter wie die meist roten Polo-Shirts. Allen gemeinsam: das große Namensschild mit der Funktionsbezeichnung.



CWS boco verfügt über spezielle desinfizierende Waschverfahren, die ein Höchstmaß an Hygiene bei der Berufsbekleidung der Kursana-Mitarbeiter sichern

Dass Bewohner und Besucher sich über die moderne Bekleidung der Pflegekräfte lobend äußern, ist zu einem erheblichen Teil der CWS-boco zu verdanken. Doch nicht nur das. Das Tochterunternehmen der Haniel-Gruppe stellt auch Schranksysteme zur Verfügung, durch die eine strikte „Sauber-Unsauber“-Trennung der Kleidung sichergestellt wird. Eine solche Trennung ist wichtige Voraussetzung, um eine Übertragung von Krankheitskeimen zu verhindern. Desinfizierend gewaschen wird die Kleidung anschließend in firmeneigenen Wäschereien für das Gesundheitswesen, die die Einhaltung selbst der strengen

Hygieneempfehlungen des Robert-Koch-Instituts garantieren.

Einige Kursana-Häuser nutzen weitere Serviceleistungen: Stationswäsche – also Bettwäsche, Frotteewäsche und Tischwäsche – wird gemietet und gepflegt, und in Häusern, die nicht über eine eigene Wäscherei verfügen, wird die Reinigung und Pflege auch für die Bewohnerwäsche übernommen. Kursana-Regionalgeschäftsführer Karsten Cetintas: „So können wir uns in den Einrichtungen auf das konzentrieren, was uns wichtig ist: nämlich die individuelle Betreuung und Pflege für jeden der über 13.000 Bewohner.“

„Serviceleister durch und durch“

Fragen an Detlef Kröpelin, Sprecher der Geschäftsführung von CWS-boco Deutschland:

Ihr Motto lautet „Serving you – Serving nature“. Was heißt das?

Unsere Produkte und Serviceleistungen sind ganz auf Nachhaltigkeit ausgelegt. Der schonende Umgang mit den zur Verfügung stehenden Ressourcen ist fest in unserer Unternehmenspolitik verankert.

Was bedeutet „Full-Service“-Konzept für Kursana?

Kursana erhält einen professionellen Service, der darauf ausgerichtet ist, Einrichtungen in ihrem Alltag zu entlasten. Auch möchten wir mit unserem Service zum Wohlbefinden der Bewohner und Bewohnerinnen beitragen.

Was ist zukünftig geplant?

Wir möchten Kursana helfen, die Effektivität der Wäschedienstleistungen im Tagesgeschäft weiter zu steigern. Dabei unterstützt zum Beispiel unser Webportal „textilcockpit“.



ENTDECKEN & VERSTEHEN

Humorvoll – einfühlsam – unbeschwert: Wenn Familienmitglieder an Demenz erkranken, spüren Kinder sehr schnell, wie sich der vertraute Mensch und das Zusammensein verändern. Die Redaktion stellt Kinder- und Jugendbücher zum Thema Demenz vor, die Gespräche anregen und Mut machen.



Uticha Mamon: Als Opapi das Denken vergaß

Verlag Magellan 2014, Alter: 9-11 Jahre
Opapi zieht vom Bodensee zu Mias Familie nach Hamburg. Er verhält sich nicht mehr so wie früher, das verunsichert Mia. Doch mit ihrer herzlichen, pragmatischen Art gelingt es ihr, die vielen neuen Situationen zu nehmen, wie sie kommen. Sie versucht, das

Vergessen auszutricksen. Auch die Gefühle, das Heimweh ihres Urgroßvaters kommen nicht zu kurz. Und dann ist da noch Berti, der geheimnisvolle, etwas altmodische Junge. Er taucht immer dann auf, wenn kein Erwachsener in der Nähe ist, und nimmt Mia mit in Opapis Heimat am Bodensee.



Kate de Goldi: Die Anarchie der Buchstaben

Carlsen Verlag 2014, Alter: ab 12
Donnerstagnachmittag ist Perrys wichtigster Termin: Sie besucht ihre Oma in Santa Lucia. Alles geht etwas drunter und drüber, nicht nur in Omas Erinnerung. Perry nimmt neugierig und unvoreingenommen am Leben im Seniorenheim teil, mit all seinen schönen, lustigen

und traurigen Seiten. Perry hat eine Idee: Weil Oma Buchstaben liebt, fängt sie an, ein Alphabetbuch zu schreiben über Oma, die Bewohner und alles andere in Santa Lucia. Dabei lernt sie viel über das Leben, über Freundschaften und den Tod. Der Alltag im Heim, verpackt in einer verrückten Buchstabengeschichte.



Martina Baumbach / Michaela Heitmann: Kuddelmuddel in Omas Kopf

Gabriel Verlag 2014, Alter: 4-7 Jahre
Nils findet es prima, dass Oma bei seiner Familie einzieht. Nach und nach merkt er, dass Oma immer öfter verrückte Dinge anstellt. Oma sei krank und könne sich immer weniger merken, erklären seine Eltern. Oma versteckt Geld vor Außerirdischen unter der Matratze

oder sucht hinter allen Türen nach ihrem Zimmer. Nur allmählich wird Nils klar, dass nichts mehr so wird wie früher. Seine Gefühle sind so wechselhaft wie Omas Verhalten: Liebe, Hoffnung, Wut und Sorge. Humorvoll, farbenfroh und lebendig erzählt das Buch, wie die Familie mit Omas Verrücktheiten umgeht.



Daniel Kratzke: Oma isst Zement!

arsEdition 2014, Alter: 4-6 Jahre

Nein, Oma hat ihre grauen Haare nicht vom Zementessen bekommen. „Omas Gehirn kann sich Dinge immer schlechter merken“, erklärt der Vater dem Mädchen auf der Fahrt in die Seniorenresidenz. Oma weiß manchmal

nicht, wer sie da besucht. Das ist komisch. Wie vieles, was Oma neuerdings tut und sagt. Trotzdem: Oma ist die Beste. Sie verbringen wunderschöne Nachmittage und machen zusammen viel Quatsch. Ein positives, fröhliches Bilderbuch für die ganz Kleinen.



Jaouen Hervé: Pardon, Monsieur, ist dieser Hund blind?

Verlag Urachhaus 2013, Alter: ab 12

Véro ist 13 und ein ganz normaler Teenager. Als ihre Omama bei ihnen einzieht, sind Geduld, Toleranz und Spontanität gefragt. Omama hat Alzheimer, plündert nachts die Küche, hortet Süßigkeiten und Salz unterm Bett und sucht mitten in der Nacht lautstark nach ihrer

geliebten Brosche. Man weiß nie, in welcher Zeitspanne ihres Lebens sie sich gerade gedanklich aufhält. Doch die ganze Familie hält zusammen – bis auf Véros Onkel und Tante, die ihre ganz eigene Art haben, mit Omas Krankheit umzugehen.



Andreas Steinhöfel: Wenn mein Mond deine Sonne wäre

Carlsen Verlag 2015, inkl. CD mit Hörbuch und 12 Musikstücken von Sergej Prokofjew und Georges Bizet, Alter: 8-10 Jahre

Max hat Angst, sein Großvater könnte irgendwann vergessen haben, wie lieb er ihn hat. Er hat Sehnsucht und entführt ihn heimlich aus dem Wohnheim – und versehentlich auch

Fräulein Schneider. Das Ziel des Ausflugs ist ein Ort mit einem besonderen Zauber, der Kraft gibt und die Gedanken ordnet. Für Opa ist dieser magische Ort die Wiese im Blumenthal. Wunderbar unbeschwerte Stunden verbringen die drei, bevor sie wieder in ihren Alltag zurückkehren müssen.



Das „Kursana Magazin“ verlost gemeinsam mit den jeweiligen Verlagen von allen vorgestellten Büchern drei Exemplare.

Schreiben Sie an die Redaktion Kursana Magazin,
Am Milchbornsberg 12, 51429 Bergisch Gladbach,
oder geben Sie eine Postkarte an Ihrer Kursana-Rezeption ab.

Rätseln & Gewinnen

Kennen Sie des Rätsels Lösung?

Dann schicken Sie eine Postkarte an:
 Kursana Magazin, Am Milchbornsberg 12,
 51429 Bergisch Gladbach.
 Oder mailen Sie uns:
 Kursana-Magazin@media-team-gaarz.de
 Oder: Geben Sie Ihre Postkarte einfach an der
 Rezeption einer der Kursana-Einrichtungen ab.

Einsendeschluss ist der 15. September 2016.

Mit etwas Glück gewinnen Sie ein Vierteljahr lang
 jeden Monat einen Blumenstrauß.

Herzlichen Glückwunsch! Frau Annelies Krieger
 aus Lingen ist die Gewinnerin der letzten Ausgabe.
 Das Lösungswort lautete „Nachspielzeit“.

schweiz. Käsegerichte	▼	Tarnfärbung bei Tieren	▼	Gallertmasse	Alphabet (Kw.)	früherer dt. Fußballer	▼	Nachfolger der KSZE	indianische Sprachfamilie	Divisor (math.)	bibliischer Ort (Hexe)
griechischer Buchstabe	▶					Reiseweg	▶			15	▶
längster Strom Afrikas	▶	14		spanische Anrede (Frau)		Volk der Westfinnen	▶				
Ermahnung			seelisch gespalten	▶	10		9				
▶			4		griechische Unheils-göttin			Balearen-Insel			
Stadt in Ostfriesland	▶				7	griech. Göttin der Jugend	▶	französisch: Meer			
▶	6		widerlich finden, sich vor etwas ...		Tierpfleger	▶			2		aufgestellter Leitsatz
germanische Gottheit	Verein	geschlossener Hausvorbau	▶		3			negierendes Wort		eh. Autorennstrecke in Berlin	▶
südamer. Drogenpflanze	▶	12			Segelkommando: wendet!		biblische Gestalt (A.T.)	▶			11
feste Fleischbrühe		Hühnerprodukt		Notvorrat	▶				13		1
▶			8			Feigenbaum	▶				
innerhalb	▶						5	Geruchsorgan	▶		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----

Deutschland



Standorte

- **Residenz**
- ◆ **Villa**
- **Domizil für Senioren**
- ▲ **Domizil für Behinderte**
- **Domizil in Bau**
- ▼ **Privatklinik**

Schweiz



Österreich



Kursana Domizil – Betreuung & Pflege

Die Kursana Domizile bieten Betreuung und Pflege in einer gemütlichen Wohnatmosphäre. In komfortabel ausgestatteten Einzel- und Doppelzimmern, mit eigenem barrierefreiem Duschbad, werden die Bewohner individuell gepflegt und umsorgt.

Kursana Residenz – Servicewohnen & Pflege

In der Kursana Residenz erwartet die Bewohner unabhängiges und komfortables Wohnen im Appartement mit zahlreichen Serviceleistungen inklusive. Bei Bedarf können auch Pflegedienstleistungen in Anspruch genommen werden.

Kursana Villa – Premium-Wohnen & Komfortpflege

In der Kursana Villa genießen die Bewohner Premium-Wohnen und Komfortpflege in einem stilvollen Gründerzeit-Ambiente. Eine maßgeschneiderte Rundum-Betreuung und ein erstklassiger Service suchen ihresgleichen.

KURSANA

- ~ Aktiv am Leben teilnehmen
- ~ Unterstützung in jeder Lebenslage
- ~ Sicherheit und Geborgenheit
- ~ Service und Komfort genießen
- ~ Gemeinschaft macht stark

Kursana Residenzen GmbH
Schützenstraße 25
10117 Berlin

Telefon 0 30 . 20 25 - 20 00
Telefax 0 30 . 20 25 - 20 99

kursana@dusmann.de
www.kursana.de

Ein Unternehmen der Dusmann Group



Impressum

Kursana Magazin

Kursana Residenzen GmbH
Schützenstraße 25, 10117 Berlin,
Telefon 0 30 . 20 25 – 20 00

Herausgeber
Jörg Braesecke (V.i.S.d.P.)

Chefredaktion
Michaela Mehls
E-Mail: michaela.mehls@dusmann.de

Redaktion
Dieter Gaarz
E-Mail: gaarz@media-team-gaarz.de

Redaktionelle Mitarbeit
Antje Berger, Judith Bexten, Bernhard
Brügger, Kerstin Dreßler, Ute Frangenberg,
Michael & Kerstin Hedrich, Ingmar Keller,

Martina Krüger, Jessica Morof, Jürgen Oehler,
Martina Petersen, Christine Reguigne, Achim
Ritz, Silke Ruhnke, Dirk & Marion Schariott,
Micaela Seiferth-Wilde, Susanne Wetterich

Fotos und Illustrationen
Susanne Bexten, Tobias Bugala, CWS-boco,
Fotolia, Lars Figge, Thomas Häntzschel &
Frank Hormann, Michael & Kerstin Hedrich,
Petra Homeier, Angelika Jakob, Christian
Jungeblodt, Kursana, Bernd Kusber, Gregor
Lorenz, Martin Neuhof, Martina Petersen,

Achim Ritz, Stefan Sobotta, Olaf Staschik,
Oliver Weiner, Rainer Weisflog

Layout und Satz
Dusmann Stiftung & Co. KGaA
Abteilung Marketingkommunikation

Druck und Versand
Brandenburgische Universitätsdruckerei und
Verlagsgesellschaft Potsdam mbH