

22



VERGESSENE LEBENSWEGE AUFSPÜREN

Thema

Menschen mit Demenz in der Pfarrgemeinde begleiten

Inhalt	Seite
Thema	2
I. Die Demenz – „Grenzgänge zwischen Verlusten und Ressourcen“ (Andreas Kruse)	3
II. Leben mit Demenz – „Sehnsucht nach einem Zuhause, in dem wir genug sind“ (Arno Geiger)	5
Wertschätzende Begegnung	5
Kommunikation	6
III. Seelsorgliche Begleitung von Menschen mit Demenz	7
Mit demenziell veränderten Menschen Gottesdienst feiern	7
Rituale	9
Begleitung in der letzten Lebensphase	10
IV. Was Pfarrgemeinden konkret tun können	11
V. Pflegende Angehörige	14
VI. Betreuungs- und Entlastungsleistungen	18
VII. Medien für das Verstehen der Demenz	19

*„Demenz ist im Bauplan des Menschen vorgesehen.
Sie lässt sich nur durch vorzeitigen Tod vermeiden.“*

(Hans Förstl, Demenz – natürlich., in: Lebendige Seelsorge „Demenz“ 1/2015)



Möglichst alt zu werden ist der Wunsch vieler Menschen. Das Alter birgt jedoch auch das größte Risiko, an einer Demenz zu erkranken. Bei mehr als 40 Prozent der über 90-Jährigen in Bayern äußern sich aktuell Anzeichen von Demenz. Bedingt durch den demographischen Wandel wird diese Zahl von heute mehr als 240.000 bis zum Jahr 2030 auf rund 300.000 ansteigen.¹

In einer Pfarreiengemeinschaft mit 4.000 Menschen sind statistisch demnach etwa 75 an einer Demenz erkrankt. Die betreuenden Angehörigen mitgerechnet kann von ungefähr 250 Personen ausgegangen werden, die von einer Demenzerkrankung direkt oder indirekt betroffen sind. Das ist eine große Gruppe von Menschen, die die Seelsorge noch mehr in den Blick nehmen kann.

Sie gehören dazu ...

Inklusion – das Schlüsselwort für das Zusammenleben mit Menschen mit Behinderung – muss auch für Menschen mit Demenz gelten, also: dazugehören und teilhaben. Erkrankte wie ihre Angehörigen gehören dazu, sind Teil der Pfarrgemeinde.

Wie kann soziale Teilhabe in dieser fragilen Lebensphase ermöglicht werden?

Wie können die Perspektiven und Bedürfnisse der Betroffenen zum Ausgangspunkt der Gestaltung von Hilfe und Sorge werden?

Wie können Pfarrgemeinden solche Orte gelebter Inklusion werden, in denen niemand auf Grund seiner oder ihrer Einschränkung ausgegrenzt wird?

Dies gelingt,

- wenn Menschen mit Demenz in der Pfarrgemeinde wahrgenommen werden,
- wenn es Angebote gibt, die auf ihre Bedürfnisse eingehen,
- wenn pflegende Angehörigen entlastet werden und
- wenn mit anderen Einrichtungen im Sozialraum kooperiert wird.

Ein Netz der Fürsorge und des Miteinanders kann Erkrankte wie Angehörige so unterstützen, dass ihnen trotz der schwierigen Situation eine möglichst selbstbestimmte Lebensweise, Lebensqualität und Lebensperspektive erhalten bleiben und ihre existentiellen Bedürfnisse erfüllt werden.

Dieses Themenheft lenkt den Blick auf die Demenzerkrankung und gibt Hinweise zur Kommunikation mit demenziell veränderten Menschen. Vor allem aber werden Möglichkeiten der Begleitung für Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen vorgestellt.

Ziel ist die Entwicklung hin zu einer „demenzfreundlichen Pfarrgemeinde“, einer solidarischen und sorgenden Gemeinschaft, die Verständnis und Empathie für betroffene Menschen aufbringt und sie dabei unterstützt, vermehrt am Leben der Gemeinschaft teilzuhaben.

Durch die Beschäftigung mit und der Sensibilisierung für das Thema „Demenz“ können persönliche Ängste abgebaut werden. Diese Krankheit muss aus der Zone einer Stigmatisierung und Tabuisierung herausgeholt werden, um die Lebensqualität der Betroffenen und ihrer Angehörigen zu verbessern.

gemeinde**caritas**

Die Demenz – „Grenzgänge zwischen Verlusten und Ressourcen“

Andreas Kruse

Christoph Braun

Persönliche Erfahrungen eines Angehörigen

Meine Mutter war schon sehr dement und es war abzusehen, dass ihr Leben sich dem Ende zuneigte, als sie eines Tages schwer zu atmen begann. Natürlich war es am Wochenende und kein Arzt verfügbar, mein Bruder und ich riefen also einen Notarzt - was kam war ein Krankenwagen mit zwei Sanitätern, die unsere Mutter unbedingt in die Klinik bringen wollten. Wir versuchte den Sanitätern zu erklären, dass wir sie angesichts des nahenden Todes nicht ins Krankenhaus bringen lassen wollen, wir möchten gerne einen Arzt konsultieren, der etwas gegen ihre Atemnot tun könne. Es kam dann fast zum offenen Eklat mit den Sanitätern, die auch moralisch unheimlich Druck machten, um uns dazu zu bewegen, die Mutter doch ins Krankenhaus bringen zu lassen. Schließlich aber gaben sie nach – ein Notarzt kam, der mit einem Medikament die Atembeschwerden lindern konnte – eine Woche später verstarb sie dann friedlich zuhause.

Nun stellen Sie sich einmal vor, Sie liegen krank im Bett und da kommen fremde Leute; Sie wissen gar nicht woher die kommen und was sie wollen. Sie werden kurzerhand auf einer Trage festgeschnallt und in ein Auto verladen. Werde ich entführt? Warum hilft mir niemand? Wohin werde ich gebracht? Sie haben keine Vorstellung, dass diese Menschen Sanitäter sind, die Sie nur ins Krankenhaus bringen werden. Das können Sie alles so nicht einordnen. Wie panisch würden Sie werden, wenn Ihnen so etwas widerfahren würde? Und weil wir gar nicht wissen, was und wie Menschen mit Demenz ihre Umwelt wahrnehmen, deshalb ist so ein Szenarium, in dem der Transport ins Krankenhaus sich wie eine Entführung anfühlt, vielleicht gar nicht so weit hergeholt. Und dann wird die Panik verständlich, mit der sich ein Mensch gegen einen solchen Transport wehrt. Die Abwägung allerdings, wie man im Einzelfall handeln soll, die ist wahrlich nicht einfach und es ist gut, wenn man nicht allein dabei ist. In solchen Situationen kann es auch helfen, sich zu vergegenwärtigen,

wie die Welt des demenzkranken Menschen aussieht, um abschätzen zu können was ihm möglicherweise abverlangt wird. Wir waren im Nachhinein sehr froh, dass wir so gehandelt haben, auch wenn uns in der Situation selbst schwere Zweifel plagten.

Ein ganz zentraler Punkt, um zu einem guten Umgang mit demenzkranken Menschen zu kommen heißt, „demenzerisch“ lernen – sich in die Welt des demenzkranken Menschen hinein zu begeben, die Welt mit seinen/ihren Augen wahrnehmen. Das gelingt natürlich nur in Annäherung und wir müssen unsere Phantasie bemühen, um herauszufinden wo sich der demenzkranke Mensch gerade befindet, und was ihn an- und umtreibt. Aber wenn sich der 88-jährige demente Mann aufmacht, um in die Arbeit zu gehen und er ungeduldig und unruhig wird, wenn er nicht gehen kann und keiner ihn erst nimmt, sondern immer nur beschwichtigend auf ihn eingeredet wird – er gar für verrückt erklärt wird, dann ist doch klar, dass er nur aggressiv reagieren kann. Wenn die alte Frau geschimpft wird, weil sie Brot in ihrer Nachttischschublade hortet, ohne zu sehen, dass diese Frau womöglich gerade wieder die Hungerszeiten der Nachkriegsjahre erlebt, dann werden wir diesen Menschen nicht gerecht.

Weil die Krankheit jedoch viele unterschiedliche Stadien, mit ganz unterschiedlichen Symptomen kennt, ja weil jede Demenzerkrankung eine ganz individuelle Prägung besitzt, deshalb müssen die Menschen ganz individuell begleitet und betreut werden. Deshalb ist es nicht nur wichtig, viel über die Erkrankung zu wissen, sondern ebenso, viel über die/den Kranke/n in Erfahrung zu bringen. Dann können wir eine Phantasie entwickeln, in welcher Welt er oder sie sich gerade aufhält. Je mehr und je besser es gelingt in die Welt des anderen einzutauchen und sich einzufühlen, umso mehr Nähe kann entstehen.

**„Ich habe ja diese Sache mit meinem Kopf.
Aber, wer weiß, vielleicht kriege ich ja mal einen neuen.“¹⁵**

(Äußerung einer alten Dame mit Demenz gegenüber einer Besucherin im Altenheim.)

Bei demenzkranken Menschen finden sich mit zunehmender Krankheitsschwere immer deutlicher hervortretende Verluste im kognitiven und im verhaltensbezogenen, teilweise auch im emotionalen Bereich. Zugleich lassen sich im alltagspraktischen und sozialkommunikativen Bereich auch Ressourcen finden, die manchmal bis weit in die Erkrankung hinein deutlich erkennbar sind.²

Demenziell erkrankte Menschen und ihre Angehörigen/Familien sind auf Unterstützung angewiesen. Dafür braucht es Wissen um das Krankheitsbild, die Bereitschaft, sich auf diese Menschen einzulassen, ein kompetentes und demenzfreundliches Umfeld.

Wichtige Informationen zum Krankheitsbild der Demenz bieten folgende Stellen an:

→ **Fachstelle für Demenz und Pflege Bayern**

▶ www.demenz-pflege-bayern.de

Die Fachstelle für Demenz und Pflege Bayern ist die zentrale Anlaufstelle für alle Fragen rund um das Thema „Demenz“ in Bayern. Sie unterstützt den Wissenstransfer sowie den weiteren Auf- und Ausbau von Versorgungsstrukturen und Hilfsangeboten für Menschen mit Demenz und deren Angehörige. Darüber hinaus fungiert sie als Anlaufstelle für unterschiedliche Beratungs- und Unterstützungsstrukturen, wie beispielsweise die Fachstellen für pflegende Angehörige und die Pflegestützpunkte. Zudem hat die Fachstelle für Demenz und Pflege Bayern auch Teile der Aufgaben der ehemaligen Agentur zum Auf- und Ausbau von Angeboten zur Unterstützung im Alltag übernommen.

→ Wenn eine Demenz diagnostiziert wird, stellen sich für Betroffene und Angehörige eine Vielzahl von Fragen. Es gibt wichtige Dinge, die man möglichst rasch in Angriff nehmen sollte. Einen Überblick dazu gibt die Checkliste von der

Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V.,

Selbsthilfe Demenz (Hrsg.): Demenz. Das Wichtigste. Ein kompakter Ratgeber.

▶ www.deutsche-alzheimer.de

*Dieser Ratgeber vermittelt in kompakter Form die wichtigsten Informationen über Demenz. Er erklärt, was das Leben der Betroffenen und ihrer Familien erleichtern kann. Auf verständliche Weise wird dargestellt, was bei Demenzerkrankungen im Gehirn geschieht, welche Formen und Ursachen Demenzen haben, und wie die Diagnose gestellt wird. Ausführlich werden die typischen Symptome und der Verlauf der Erkrankungen sowie medikamentöse und nicht-medikamentöse Behandlungsmöglichkeiten beschrieben. Die Broschüre zeigt auch, was getan werden kann, um das Leben mit einer Demenz so gut wie möglich zu gestalten und was Angehörige für das Wohlbefinden der Erkrankten tun können. Dabei können sie die hier vorgestellten Entlastungsmöglichkeiten nutzen, um sich selbst nicht zu überfordern. Auch rechtliche Fragen sowie finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten werden angesprochen.
Alzheimer-Telefon: 030 - 259 37 95 14*

→ Wertvolle Hilfen bietet der **Malteserorden**, der auf seiner Homepage

▶ www.malteser-demenzkompetenz.de

verschiedene Informationen und Dienste anbietet.

Sehr informativ ist auch das Buch: „Mit Demenz leben – den Alltag gestalten“

▶ <https://lp.thieme.de/emag/epaper-malteser-demenz/>

→ Das **Bundesministerium für Gesundheit** hat einen aussagekräftigen Ratgeber, speziell zum Thema Demenz, auf seiner Homepage:

▶ <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/pflege/online-ratgeber-demenz.html>

II

Leben mit Demenz – „Sehnsucht nach einem Zuhause, in dem wir genug sind“

Arno Geiger



1. Wertschätzende Begegnung

Wenn Sie einem Menschen mit Demenz begegnen,³

- sollten Sie ihn wertschätzend und freundlich behandeln.
- sollten Sie mit ihm geduldig sein. Menschen mit Demenz brauchen oft länger um zu reagieren oder um Sätze zu formulieren.
- sollten Sie ehrlich und authentisch sein. Diese Menschen sind sehr sensibel für Emotionen und Stimmungen und reagieren dann entsprechend.
- sollten Sie versuchen, dass die Person auch ohne ihr Zutun erfolgreich sein kann. Menschen mit Demenz spüren so oft, dass sie etwas nicht mehr können. Sie brauchen Erfolgserlebnisse!
- sollten Sie ihn mit allen Sinnen ansprechen, denn diese bleiben länger erhalten als die Sprachfähigkeit.
- sollten Sie nicht über die Begleitperson mit dem an Demenz erkrankten Menschen reden, sondern sich direkt an ihn wenden.

³ Vgl. Erzdiözese München und Freising, Abtl. Seniorenpastoral, Demenz für Anfänger

2. Kommunikation

Zu verstehen und verstanden zu werden ist ein Grundbedürfnis jedes Menschen und eine wesentliche Voraussetzung für Selbstachtung und Wohlbefinden. Menschen mit Demenz verlieren nach und nach die Fähigkeit verbal zu kommunizieren. Sie kommunizieren zum großen Teil über ihren Körper und ihr Verhalten. Um Menschen mit Demenz zu verstehen und angemessen mit ihnen umzugehen, sollte das Augenmerk verstärkt auf den Symbolgehalt ihrer Handlungen gelegt werden.



Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz

11 Tipps zur besseren Verständigung mit Menschen mit Demenz

- (1) Führen Sie das Gespräch auf gleicher Augenhöhe!
- (2) Seien Sie freundlich und zugewandt!
- (3) Verwenden Sie einfache, kurze Sätze!
- (4) Sprechen Sie langsam und deutlich!
- (5) Unterstreichen Sie ihre Worte durch Gesten und Mimik!
- (6) Achten Sie auf die Gefühle, die mitschwingen!
- (7) Lassen Sie Zeit zum Antworten!
- (8) Hören Sie aufmerksam zu und achten Sie auf die Körpersprache!
- (9) Sagen oder fragen Sie immer nur eine Sache auf einmal!
- (10) Stellen Sie keine Warum-, Weshalb-, Wann- und Wo-Fragen!
- (11) Zeigen Sie Anerkennung für das, was gelungen ist und weisen Sie nicht auf Fehler hin!

An Demenz erkrankte Menschen brauchen Identität, sie wollen wissen wer sie sind.

Sie wollen nicht alleine sein, das gibt Sicherheit.

Sie wollen arbeiten und sich beschäftigen. Etwas tun können gibt Lebenssinn.





Seelsorgliche Begleitung von Menschen mit Demenz

Seelsorge hat den Auftrag, den Menschen mit all dem, was ihn ausmacht, anzunehmen, weil auch Gott Ja zu jedem Menschen sagt. Seelsorge muss deshalb immer „diese unverlierbare Würde im Blick haben“ und „niemand kann aus christlicher Sicht jemals sein Personsein verlieren.“⁴

Viele ältere Menschen mit Demenz haben eine lebenslange Beziehung zu Gott. Diese Beziehung kann für sie eine Kraftquelle sein. Die Verbundenheit mit Gott verleiht ihrem Leben Sinn und erhält sie lebendig. Deshalb ist die seelsorgliche Begleitung für demenziell veränderte Menschen sehr wichtig.

1. Mit demenziell veränderten Menschen Gottesdienst feiern

Dementiell erkrankte Menschen nehmen selten bis gar nicht an unseren Gemeindegottesdiensten statt. Die Gründe sind unterschiedlich.

Zum einen liegt es an den veränderten Voraussetzungen der demenziell erkrankten Menschen. Zum anderen stelle ich eine gewisse Scheu bei einem Großteil der Angehörigen fest, gemeinsam den Gottesdienst mitzufeiern. Es besteht die Angst, dass die Angehörigen sich unangemessen verhalten könnten.

So geschieht es, dass diese Menschen, die kirchlich sozialisiert sind, nicht mehr die Möglichkeit haben, den Glauben, der ihnen Halt und Kraft gab und gibt, zu leben. Die Gebete sind ihnen nach wie vor vertraut. Die Glaubensaussagen sind bei ihnen noch vorhanden.

*Es ist darum **jetzt** unsere Aufgabe, diese Bereiche bei den Betroffenen anzusprechen, ihnen so auf ihrem Glaubensweg zu helfen und ihnen Sicherheit zu geben.*

Erfahrungen:

Die Form, die Dauer und die Umstände sind so gewählt, dass es für die demenziell erkrankten Menschen leichter möglich ist, an diesem Gottesdienst teilzunehmen.

Viele demenziell erkrankte Menschen sind religiös sozialisiert. Ihnen bedeuten der Glaube und dessen Vollzüge sehr viel. Im Gottesdienst werden tieferliegende Schichten in der Persönlichkeit angesprochen. Bei der Maiandacht und dem Erntedankgottesdienst zeigten die Mitfeiernden berührende Teilnahmen (z.B. sang eine Teilnehmerin ein Lied voller Inbrunst mit, die

sonst eher sehr schweigsam ist; andere beteten wie selbstverständlich den Rosenkranz mit; wieder andere blühten auf, als sie eine Rose, eine Kartoffel und frisches Brot in Händen hielten).

Diese Menschen erfahren Trost und Halt in ihrem Glauben.

Die Angehörigen und Betreuer erlebten an diesen Menschen Seiten, die sie so nicht mehr wahrgenommen haben. Zugleich wissen sie sich in einer Gemeinschaft aufgehoben. Sie wissen sich verstanden mit dem, was sie umtreibt. Nicht zuletzt werden sie durch diese Feier eingeladen, Gott ihre Sorgen und ihren Dank hinzuhalten.

Es ist ein geschützter Rahmen. Niemand braucht Angst haben, sich zu blamieren. Alle können sich auf ihre eigene Weise beteiligen.

So kann eine neue Verbundenheit entstehen, eine Verbundenheit getragen vom Glauben an Gott, der jeden Menschen bedingungslos liebt.

***Es ist ein großes Geschenk und ein Glück, dass wir mit unseren katholischen Gebeten, Liedern, Feiern und Ritualen demenziell erkrankte Menschen erreichen und zur tätigen Teilnahme befähigen können. Wir stehen gemeinsam vor Gott, der um uns weiß.** Ich wünsche mir, dass auch weiterhin diese Gottesdienste gefeiert werden – zum Heil von uns allen und zur Ehre Gottes.*

Alois Hammerer, Pfr.

Spezielle Gottesdienste und Andachten für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen schaffen Gemeinschaft und Entlastung.⁵

⁴ Christoph Seidl, *Es ist, was es ist, sagt die Liebe*, in: *Lebendige Seelsorge „Demenz“* 1/2015. S. 39

⁵ Jürgen Korczmarek/Bernhard Kraus (Hg.), *Gottesdienste für Menschen mit Demenz*, Herder-Verlag

Erprobte Modelle für **Maiandacht** (Pfarrer Alois Hammerer), **Erntedankandacht** (Pfarrer Alois Hammerer) und **Allerseelen-Wortgottesdienst** (Anita Voitl) gibt es als PDF-Datei auf der Homepage des Referates Gemeindec Caritas: [▶ https://www.caritas-regensburg.de/ueberuns/gemeindec Caritas/arbeitshilfen/arbeitshilfen](https://www.caritas-regensburg.de/ueberuns/gemeindec Caritas/arbeitshilfen/arbeitshilfen)

Ulrich Wabra

Sieben Tipps im Umgang mit dementen Gottesdienstbesuchern

- 1. Demente Gottesdienstbesucher haben ihre eigene Form der Anteilnahme am gottesdienstlichen Geschehen.
Sie mögen Bilder und ihnen bekannte Melodien. Sie beten gerne tief in ihrem kindlichen Gedächtnis eingebettete Gebete mit. Manche schlafen während des Gottesdienstes ein. Trotzdem sind sie „da“. Vom Bewegungsdrang gesteuerte „Läufer“ und selbstständige Rollstuhlfahrer unter den Dementen sind gerne im Gottesdienstraum unterwegs.
Wer daher vor dem Gottesdienst zerbrechliche Dinge sichert oder wegstellt, erleichtert sich selbst die Durchführung. Wer dem Rollstuhl zwischendurch eine ungefährliche Richtung gibt oder sich nicht scheut, einen unruhigen Läufer an der Hand zu nehmen und sich mit ihm wieder in die Bank zu setzen, hat gewonnen.*
- 2. Ein durchdachter Wortgottesdienst ist mit Dementen leichter zu gestalten als eine Eucharistiefeier. Lehrerhaftes Verhalten und Ermahnungen zur Stille sind kontraproduktiv und für die Betroffenen unwürdig.
Wird ein Wortgottesdienst im Turnus angeboten, ist es sinnvoll, einen immer gleichen Rahmen/Ablauf einzuhalten.*
- 3. Liturgische Formeln und Gesten (Kreuzzeichen, Fürbitt-Antworten etc.) werden am besten deutlich gezeigt und vorgesprochen.
Eine freundliche und zum Mitmachen auffordernde Mimik/Gestik sind die halbe Miete. Wird etwas Neues ausprobiert, so ist das wie im Kindergottesdienst: Alles Neue muss zunächst geübt werden.*
- 4. Je nach fortschreitender Demenz verliert sich bei den Betroffenen die Lesefähigkeit. Liederbücher und -blätter sind daher nur bedingt brauchbar. Von den bekannten Gotteslob-„Schlagern“ wie „Lobe den Herren“, „Großer Gott wir loben Dich“ oder „Segne Du Maria“ wird aber immer gerne die erste Strophe oder auch ein Refrain gesungen. Eine zweite Strophe lässt sich gut summen oder sogar – bitte sich nicht davor scheuen – mit den Gottesdienstbesuchern pfeifen. Das ist keineswegs eine Verletzung der Liturgie. Im Gegenteil: Viele Demente nehmen nach dem Gottesdienst summend und pfeifend die ihnen bekannte Melodie mit aufs Zimmer.*
- 5. Wer ein großes ansprechendes Heiligenbild oder eine farbige Abbildung zum Gottesdienstthema anbietet, hat einen prima Einstieg und eine Dialog-Grundlage mit der Gottesdienstgruppe. Demente sehen sich gerne die Bildelemente an, rätseln mit dem Gottesdienstleiter zu den Bildelementen und geben Antwort.*
- 6. Ein Wortgottesdienst sollte immer mit einem persönlichen Segen enden. Wenn möglich geht der Gottesdienstleiter dabei durch die Bankreihen. Wenn eine gute Beziehung zum Gottesdienstbesucher besteht, darf dabei gerne die Hand auf die Schulter des Gesegneten gelegt werden.*
- 7. Wie bei allen älteren Personen sind Spannkraft und Aufmerksamkeit stark von Tagesform und Wetterbedingungen abhängig. Ein Gottesdienst kann daher noch so gut vorbereitet und ausgearbeitet sein: Ist das Wetter grau und regnerisch, sind es leider auch die Gottesdienstbesucher.*

Menschen, die in gesunden Zeiten das Sakrament der Eucharistie empfangen, sollen auch bei einer dementiellen Erkrankung weiterhin daran teilhaben können. Demenz rechtfertigt keinen generellen Ausschluss vom Sakrament der Eucharistie.⁶

⁶ Vgl. auch „Bewohnerinnen und Bewohner mit Demenz im Altenpflegeheim und ihre Teilhabe an der Eucharistie. Eine Empfehlung des Caritasverbandes für die Erzdiözese Freiburg“, 2012



**„Darf ich mir
Ihr schönes Kleid
mal ausleihen?“¹⁵**

(Frage einer alten Dame mit Demenz
an ihren Pfarrer.)

gemeindecaritas

2. Rituale

Wer für Menschen mit Demenz sorgt, erlebt sie als unentwegt auf der Suche nach etwas Vertrautem, an dem sie sich festmachen können. Es sind Gewohnheiten, feste Abläufe und bekannte Reihenfolgen mit einem bestimmten Symbolgehalt, die von Menschen mit Demenz nicht so schnell vergessen werden. Rituale sind oft alltäglich, ob bewusst oder unbewusst. Rituale sind wie eine Halteschnur, an der man sich hochziehen kann, die einem Sicherheit gibt.

Das Anzünden einer Kerze, das Falten der Hände zum Gebet, das Kreuzzeichen, das Reichen von Weihwasser, das Singen bekannter Lieder sind religiöse Rituale, die ein Gefühl von Geborgenheit und Sicherheit bewirken. „Es kommt darauf an, die emotionale Ebene des Demenzerkrankten so zu erreichen, dass die liebevolle Zuwendung und grundsätzliche Annahme durch Gott spürbar und erlebbar werden können. Der Betroffene soll sich bei all seinen aktuellen Verlusterfahrungen gehalten und getragen fühlen können.“⁷

⁷ Christoph Seidl, *Es ist, was es ist, sagt die Liebe*, in: *Lebendige Seelsorge „Demenz“* 1/2015. S. 42

Anne-Marie Mitterhofer

Den Sonntag feiern

Rituale sind für Menschen mit Demenz von großer Bedeutung. Sie strukturieren die Zeit und lassen in einer Welt, die für an Demenz erkrankte Menschen immer fremder wird, Vertrautes erfahren.

Die Feier des Sonntags ist verbunden mit vertrauten Klängen und Tönen, Düften, Geschmacks- und Gefühlsempfindungen, die die Rituale dieses herausgehobenen Tages der Woche begleiten. Für Menschen mit Demenz, die über die Sinne wahrnehmen, bedeutet den Sonntag feiern daher vertrautes Erleben inmitten alles Fremden.

Und so erkennt man den Sonntag:

Der Sonntag ist ein besonderer Tag. Zum Sonntag gehört das Sonntagskleid und der Schmuck, der am Sonntag angelegt wird, ebenso, wie der Geschmack des Hefezopfs oder Kuchens beim Frühstück und das Sonntagessen.

Der Sonntag ist der Tag für den Gottesdienst. Man hört das Läuten der Kirchenglocken. Im Gottesdienst erfährt man sich gut am Platz beim vertrauten Ablauf. Man kennt den Klang der Orgel, die Stimmung im Kirchenraum, den Duft des Weihrauchs, den Geschmack der Hostie bei der hl. Kommunion und man kann vertraute Lieder auswendig mitsingen.

Und der Sonntag ist ein freier Tag. An ihm wurde her-

kömmlich nicht gearbeitet. Man hört Sonntagsmusik, macht, bzw. bekommt Besuch von Angehörigen und geht am Nachmittag miteinander spazieren.

Was Sonntag bedeutet ist heutigen Menschen mit Demenz, die vor 60 und mehr Jahren im christlichen Abendland sozialisiert wurden, in Fleisch und Blut übergegangen.

An seinem Duft, Klang, Geschmack und seiner Stimmung erkennen sie ihn. Und selbst, wenn das eben Erlebte nach ein paar Minuten wieder vergessen ist, erreicht sie in der Feier des Sonntags wöchentlich wiederkehrend für einen Moment die Geborgenheit des Vertrauten und der Trost des Glaubens, der sie hoffen lässt.

Literaturhinweis:

*Eglin, A., Huber, E., Kunz, R., Schröder, B., Stahlberger, K., Urfer, CH., Wuillemin, R. (2008). **Das Leben heiligen. Spirituelle Begleitung von Menschen mit Demenz. Ein Leitfaden.** 3. Auflage. TVZ-Verlag. Zürich.*

Das Büchlein (79 Seiten) gibt Auskunft darüber, wie christliche Rituale und spirituelle Begleitung die Identität von Menschen mit Demenz stärken können und beschreibt die spirituelle Begleitung von Menschen mit Demenz anhand vieler Praxisbeispiele.

3. Begleitung in der letzten Lebensphase

Menschen mit fortschreitenden kognitiven Beeinträchtigungen und ihre Angehörigen durch die letzte Lebensphase zu begleiten erfordert Empathie, Feingefühl und spezifisches Wissen zu Demenz. In der Sterbebegleitung von Menschen mit Demenz ist es wichtig zu verstehen, welche Bedürfnisse sie haben und wie diese erfüllt werden können.

Ziel ist eine Stärkung der ambulanten Palliativversorgung und der flächendeckende Ausbau der ambulanten Hospizversorgung mit besonderem Augenmerk auf die notwendige Qualifikation der Begleitenden für die Bedürfnisse schwerstkranker und sterbender Menschen mit Demenz.

Ein bedarfsgerechter Ausbau der stationären Hospizversorgung und des stationären palliativmedizinischen Angebots unter Berücksichtigung der besonderen Bedürfnisse von Menschen mit Demenz ist ebenfalls zu unterstützen.

IV

Was Pfarrgemeinden konkret tun können

→ Ein erster Schritt auf dem Weg zur demenzsensiblen Pfarrgemeinde ist das **Wahrnehmen**: z.B. in einem **Austausch mit Experten** im PGR über Form und Umfang der Demenzerkrankungen in der Gemeinde. Eine Informationsrunde mit der Beratungsstelle der Caritas oder Mitarbeiterinnen der Sozialstation, einem Hausarzt oder anderen Fachstellen kann helfen, die Situation vor Ort zu erfassen.

→ **Information und Aufklärung.** Über „Demenz“ kann in bestehenden Gruppen und Kreisen, zum Beispiel im Kirchenchor, im Frauenkreis, im Seniorenclub ... informiert und gesprochen werden. Auf diese Weise werden Vorbehalte im täglichen Miteinander abgebaut. Die Akzeptanz der Erkrankten in der Gesellschaft und ein adäquater Umgang mit eher ungewöhnlichen Verhaltensweisen der Betroffenen werden dadurch gefördert. Denn wenn viele aktive Gemeindemitglieder informiert sind, können Menschen mit Demenz oft länger in der Gruppe bleiben, weil ihre Bedürfnisse besser verstanden und berücksichtigt werden. Ziel ist es, die Gesellschaft für das Thema Demenz zu sensibilisieren, Ängste abzubauen und so der Stigmatisierung und Tabuisierung der Krankheit entgegenzuwirken und damit die Lebensqualität der Betroffenen und ihrer Angehörigen zu verbessern.

→ Der **ehrenamtliche Besuchsdienst** hat in vielen Pfarrgemeinden eine lange Tradition. Der Anspruch und Zuspruch einer besuchenden Kirche, die sich sichtbar zu den Menschen auf den Weg macht, gilt auch für Menschen mit Demenz. Viele von ihnen leiden unter der zunehmenden Isolation und Vereinsamung stärker als unter den Symptomen ihrer Erkrankung. In der Begegnung mit Menschen mit fortschreitenden kognitiven Beeinträchtigungen steht dabei nicht so sehr das „Machen“ im Mittelpunkt, vielmehr ist dem „Geschehenlassen“ Raum zu geben. Dies gelingt, wenn der Besucher/die Besucherin die jeweilige Situation wahrnehmen und präsent sein kann. Diese „Zweckfreiheit“ entlastet, weil nichts geschehen, kein „Ergebnis“ herauskommen muss.

Geburtstagsbesuche lassen Menschen mit Demenz spüren, dass ihre Einmaligkeit von anderen gewürdigt wird und ihre Identität, Lebensgeschichte und Kontinuität im Lebensverlauf auch da nicht verloren geht, wo sie selbst den wissentlichen Zugang zu sich und anderen mehr und mehr verlieren.

Krankenbesuche lassen Menschen mit Demenz spüren, dass sie gesehen, bedacht und nicht vergessen sind – nicht von Menschen und nicht von Gott.

Ehrenamtliche besuchen an Demenz erkrankte Menschen im Pflegeheim oder zuhause. Sie nehmen sich Zeit für persönliche Begegnungen, für Gespräche und gemeinsame Aktivitäten. Schwerpunktmäßig geht es um die Kontaktpflege und die gemeinsame Freizeitgestaltung. Man kann zusammen spielen, vorlesen, spazieren gehen, eine Veranstaltung (Singgruppe, Andacht o.ä.) besuchen oder einen Kaffee trinken gehen. Aber auch wichtige Alltagstätigkeiten wie zum Beispiel Einkäufe, Fahrten mit Bus und Bahn, Besuche kultureller Veranstaltungen können nach Absprache begleitet werden.⁸

Kenntnis der Biographie und verständnisvolle Gesprächsführung fördern eine gute Beziehung und vertiefen die Kommunikation. Das Entstehen tragfähiger Beziehungen und die Möglichkeit etwas zu tun, was für die Betroffenen bedeutsam ist, verbessern die Lebensqualität der Erkrankten. Im Allgemeinen verlieren auch demenzkranke Menschen nie den Wunsch nach Integration und Partizipation, nach Dazugehörigkeit und Teilhabe.

Wo ehrenamtlich Besuchende auf die Begegnung und Kommunikation mit an Demenz erkrankten Menschen vorbereitet sind, kann ein Besuchsdienst zur segensreichen Stärkung für beide Seiten werden.⁹

⁸ Vgl. auch Themenheft Nr. 2 der Initiative Gemeindec Caritas „Entlastende Dienste der Pfarrgemeinde“, www.caritas-regensburg.de/gemeindec Caritas-themenhefte

⁹ Vgl. PDF „dabei und mittendrin“. Handreichung für Mitarbeitende im kirchlichen Besuchsdienst

➔ **Räume der Pfarrei** können so gestaltet werden, dass sie Menschen mit Demenz leichter zugänglich sind und sie sich in ihnen orientieren können, zum Beispiel mit einer Rampe oder mit Schildern an und in Funktionsräumen.

Indem Räume der Pfarrgemeinde Selbsthilfegruppen und Initiativen zur Verfügung gestellt werden, wird deren Arbeit unterstützt und der Kontakt der Gemeinde zu ihnen gefördert. Z.B. können in Räumen des Pfarrheims niederschwellige Treffen für Betroffene und Angehörige angeboten werden. Die Teilnehmenden tauschen sich aus, Kontakte werden geknüpft. Weitere Ansprechpartner/innen von Informations- und Beratungsstellen werden immer wieder gezielt zu den Treffen eingeladen.

➔ Menschen mit Demenz wollen Gemeinschaft erleben, anderen Menschen begegnen und am Leben teilhaben. Ein **Demenzcafé**¹⁰ bietet Betroffenen die Möglichkeit des Austausches, des Ortswechsels und verhindert die Isolation.

➔ **Kreativangebote:** Sing-, Tanz- und Theatergruppen ermöglichen eine ganzheitliche Ansprache, wecken Erinnerungen, fördern die Geselligkeit und einen selbstverständlichen Umgang mit Betroffenen.

➔ **Hilfe, wenn Menschen mit Demenz „verloren gehen“.**

Menschen mit Demenz können „verloren gehen“, weil sie Probleme mit der Orientierung haben, weil sie gewohnte Wege und Orte nicht mehr erkennen und häufig auch der Tag-Nacht-Rhythmus gestört ist. In diesen Situationen sind aufmerksame Menschen hilfreich, die

- hinschauen und sich kümmern,
- behutsam ansprechen und Hilfe anbieten, wenn Personen mit ungewöhnlichem Erscheinungsbild (z.B. Pantoffeln im Winter, Schlafanzug ...) oder einem offenbar desorientiertem Verhalten auffallen,
- immer von vorn ansprechen, langsam und deutlich sprechen, einfache Sätze bilden, Zeit zum Antworten lassen,
- im Notfall die Polizei verständigen.

➔ **Kooperationen und Vernetzungen mit anderen Einrichtungen am Wohnort** (zum Beispiel mit Vereinen, Pflegestützpunkten, Sozialstationen) verbessern das Angebot und ersparen Doppelarbeit. Ziel ist es, ein gut funktionierendes Netz an Beratung und Unterstützung zu schaffen, auf das die Betroffenen und die (pflegenden) Angehörigen jederzeit zugreifen können, um den Verbleib in der häuslichen Umgebung sicherzustellen.

Viele Studien haben gezeigt, dass Spiritualität eine wichtige Ressource ist, die Angehörige und demenziell veränderte Menschen in ihrer Situation unterstützen kann. Um diesen Menschen eine kompetente Beratung und spirituelle Begleitung zukommen zu lassen, sollten **Pfarrgemeinde und Caritasverband** zusammenarbeiten, mit dem Ziel die Kompetenzen der Kooperationspartner zu nutzen, damit Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen ganzheitlich betreut werden können. Diese Kooperation ist in vielfältiger Weise möglich, z.B. können Caritasmitarbeiter*innen

- konkrete Hilfen und Angebote der Beratung, Betreuung oder Pflege vor Ort bei Pfarreveranstaltungen vorstellen,
- in der Ausbildung von Besuchsdiensten mitarbeiten,
- bei seelsorglichen Bedürfnissen ihrer Patienten auf die Seelsorger/innen in der Pfarrgemeinde verweisen.

Die Seelsorger/innen können Ratsuchende auf die Angebote der Caritas-Sozialstationen oder Altenhilfeeinrichtungen aufmerksam machen.

Auch auf Bistumsebene gibt es verschiedene Möglichkeiten sich mit kategorialen Stellen zu vernetzen: z.B. Fachstelle Seelsorge im Gesundheitswesen, Bildungsarbeit für Hospiz- und Palliativseelsorge, ► www.seelsorge-pflege.de

Die **Corona-Pandemie** und die damit verbundenen Schutzmaßnahmen für alte und erkrankte Menschen haben gezeigt, dass viele dieser vorgestellten Möglichkeiten zeitweise nicht mehr möglich sind. Umso wichtiger ist es, mit Phantasie und Kreativität unser Anliegen weiter zu verfolgen. **Wir dürfen diese Personen auch in Zeiten der „sozialen Distanz“ nicht aus dem Blick verlieren!**

➔ **Aus- und Fortbildung für Ehrenamtliche**

Angebote für die Aus- und Fortbildung gibt es z.B. bei:

- **Lernen im Web.** Für eine erste Orientierung bietet sich das E-Learning der Malteser an:
▶ www.malteser-demenz-elearning.de.
Nach einer unkomplizierten Registrierung und dem Einloggen mithilfe des automatisch generierten Passworts lernen Sie die Grundlagen des Krankheitsbilds Demenz und die wichtigsten Demenzsymptome kennen. Sie bekommen praktische Tipps und Sie erfahren, wie Sie mit Menschen mit Demenz in Kontakt kommen und bleiben können. Ihre ganz persönliche „Basiskompetenz“ Demenz können Sie sich am Ende in einem kleinen Abschlussquiz beweisen.
- **„Alte und Kranke besuchen“.** Ausbildung zur ehrenamtlichen Mitarbeit in der Alten- und Krankenseelsorge. Eine Ausbildung der Seelsorge für Berufe im Gesundheits- und Sozialwesen in Kooperation mit der Fachstelle Diakonische Pastoral, dem Referat Gemeindec Caritas und der KEB im Bistum Regensburg. ▶ www.keb-regensburg.de
Der Kurs befähigt zu ehrenamtlichem Engagement für alte und kranke Menschen. Schwerpunkt ist das seelsorgliche Gespräch.
- **Demenzbegleiterkurs** zur Entlastung pflegender Angehöriger in Schloss Spindlhof.
(Veranstalter: KEB Regensburg Land und der Verein für Seelische Gesundheit im Alter (SEGA) e.V.)



Kursinhalte:

- Basiswissen über gerontopsychiatrische Krankheitsbilder
- Behandlungsformen und Pflege der zu betreuenden Menschen, Situation der pflegenden Angehörigen
- Umgang mit den Erkrankten
- Erwerb von Handlungskompetenzen mit Verhaltensauffälligkeiten wie Aggression und Widerständen – Methoden und Möglichkeiten der Betreuung und Beschäftigung
- Kommunikation und Gesprächsführung
- Rechtliche Aspekte, z.B. Pflegeversicherung

**„Ich fühle mich wie 23.
Entschuldigung, wie alt bin ich
eigentlich?“ – „Sie sind 93.“ –
„Das ist nicht Ihr Ernst!“¹⁵**

(Ein Bewohner im Seniorenzentrum beschreibt sein Lebensgefühl.)

- **EDuKation** = Entlastung durch Förderung der Kommunikation.

Kommunikationskurs für Angehörige demenzkranker Menschen

Caritasverband für den Kelheim e.V., Fachstelle für pflegende Angehörige. Der Kurs findet einmal jährlich statt. Die Veranstaltungsorte wechseln über den gesamten Landkreis Kelheim und werden in der örtlichen Presse bekannt gegeben.



- **Fortbildungsangebote** im Kardinal König Haus – Bildungszentrum der Jesuiten und der Caritas, Kardinal-König-Platz 3, 1130 Wien. ► www.kardinal-koenig-haus.at

Die vielfältigen Angebote wollen eine Basis bilden für einen würdevollen, inklusiven Umgang mit Menschen mit Demenz. Wir setzen dabei auf Referent*innen mit Praxiserfahrung und Engagement, neue und mutige Fragestellungen, Selbstreflexion und den offenen Austausch unter den Teilnehmenden.

V Pflegende Angehörige

Da in Deutschland etwa 75% der an Demenz Erkrankten zu Hause gepflegt werden, ist die Gruppe der Angehörigen ein Personenkreis, der besonderer Beachtung bedarf. Diese Menschen stehen auf Grund der Pflege mehr und mehr in einem 24/7-Bereitschaftsdienst, wodurch auch die eigenen sozialen Kontakte allmählich schwinden. Eigene Lebensplanungen werden zurückgestellt oder bleiben gar auf der Strecke. Oft leiden die Angehörigen mehr unter der Krankheitssituation als die Betroffenen selbst.

Mit dem Auftreten der Demenz verändert sich das Beziehungsgefüge in der Familie. Für die Angehörigen wichtig und hilfreich sind sicherlich eine gute Aufklärung rund um das Krankheitsbild und die Hilfsangebote. Dazu kommen die eigene Selbstsorge, die Wertschätzung der Gesellschaft für die Pfl egetätigkeit, die soziale Einbindung von Pflegenden und Gepflegten und der Rückhalt in der eigenen Familie oder im engsten Freundes- und Bekanntenkreis. Hierbei hat auch die Pfarrgemeinde die wichtige Aufgabe, sie im Sinne einer inklusiven Gesellschaft in ihre Gemeinschaft zu integrieren, offen und einladend für alle zu sein, Interesse zu zeigen sowie Zeit und ein offenes Ohr für diese Menschen mitzubringen.

Die Stabilisierung der Angehörigen kommt dem Erkrankten zugute, der sich umso mehr auf sein soziales Umfeld verlassen kann. Nur wenn es den Pflegenden gut geht, kann es auch den an Demenz erkrankten Menschen in ihrer Obhut gut gehen. Die Angehörigen brauchen deshalb Bedingungen, Orte und Menschen, die helfen, ihre Ressourcen zu erhalten und aufzufüllen. Sie brauchen Wertschätzung und die Stärkung ihrer Fähigkeiten.¹¹

„Den Sinn gebe ich mir immer noch selber!“¹⁵

(Äußerung einer alten Dame mit Demenz gegenüber einer Studentin, die ein Interview mit ihr führt)

Sebastian Aichner

Ermutigung für Angehörige

Sich der eigenen Kompetenz bewusst sein

Angehörige lernen im Umgang mit Demenz viel Neues und werden – oft unbewusst – zu Experten: Sie kennen – vielleicht wie niemand anders – die Geschichte, die Eigenheiten oder Verhaltenslogik ihrer Angehörigen. Auch haben sie schon einige Kreativität entwickelt und sich Kompetenzen angeeignet. Jede Krise birgt Chancen!

Achtsamkeit pflegen

Bei aller Verantwortung brauchen die eigenen Gefühle genügend Raum. Habe ich Zeit, achtsam zu sein? Weiß ich, wie es mir aktuell geht? Auch Wut, Resignation oder Enttäuschung haben ihre Berechtigung. Niemand muss sich der Trauer über den Verlust schämen: Verlust des partnerschlichen Gesprächs und der Zweisamkeit, Verlust der gegenseitigen Unterstützung usw. – Übungen zur Achtsamkeit können einen heilsamen Umgang mit dem eigenen Gefühlsleben fördern.

Fünf gerade sein lassen

Es muss nicht alles perfekt sein! Diese Erkenntnis kann vieles erleichtern und Konflikte entschärfen. Ob dies die Ordnung in der Wohnung betrifft oder die Wirkung in

der Öffentlichkeit. Zudem gibt es genügend Gelegenheiten, ganz bewusst Schönes zu erleben: vertraute Musik, angenehme Erinnerungen aus dem Fotoalbum oder altbekannte Spazierwege. Alles trägt zu mehr Gelassenheit bei.

Würde schenken

Viele Fähigkeiten gehen bei Demenz verloren. Aber jegliche Beweisführung darüber – womöglich noch in Gegenwart anderer – ist vollkommen überflüssig. Ein Aus- und Abfragen würde nur die Unsicherheit verstärken. Auch sind „Wieso-Warum-Weshalb“-Fragen zu vermeiden. Wertschätzung und Würde soll gerade jetzt das Miteinander prägen.

Hilfe annehmen können

Angehörige müssen nicht alles selber können und selber machen. Das würde unweigerlich zur Überlastung führen. Beratungsdienste können auf Hilfsmöglichkeiten hinweisen (Finanzielle Hilfen, Pflegehilfsmittel, Pflegedienste, Kurzzeitpflege u.ä.) und Seelsorgegespräche sowie psychologische Angebote können die Seele wieder aufatmen lassen.

Der starke Wunsch, für den erkrankten Angehörigen alles tun zu wollen oder auch der Druck die vermeintlichen Erwartungen der Außenwelt an eine gute Pflege erfüllen zu müssen, wird manchmal als völlige Überforderung erlebt. Sorgende Aufmerksamkeit begleitet den Weg zu einer vernünftigen und möglichst sinnvollen Entscheidung hinsichtlich der bestmöglichen Pflege.

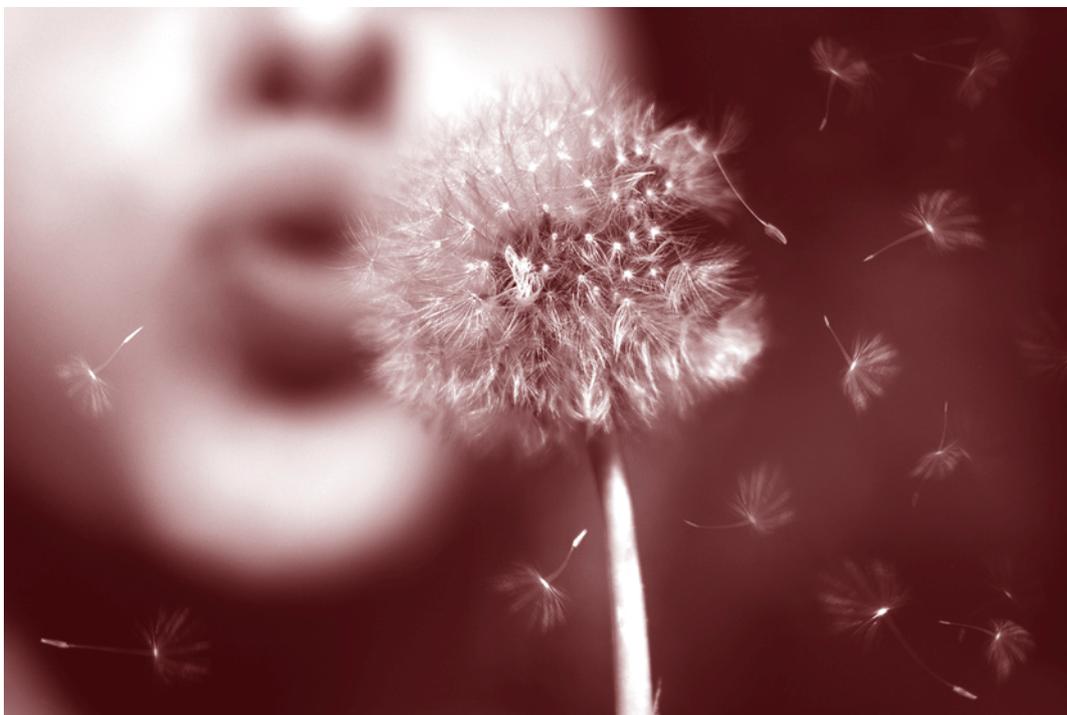
Professionelle Pflege in Anspruch nehmen heißt dann auch keineswegs, dass sich die Angehörigen aus der emotionalen Verantwortung gegenüber dem Erkrankten entlassen fühlen. Die emotionale Bindung, das Dasein und Begleiten sind äußerst wichtige Dinge, die Angehörige einbringen können und sollen. Diese Ressource muss auch von den beruflich Pflegenden wahrgenommen und genutzt werden.¹²

gemeindes**caritas**

¹² Vgl. Maria Kammermeier, Perspektivenwechsel, in: Lebendige Seelsorge „Demenz“ 1/2015, S. 44

„Früher hatte ich nie Dienstboten.“¹⁵

(Äußerung einer alten Dame mit Demenz, die von einer ehrenamtlichen Mitarbeiterin zur Toilette begleitet wird)



Gruppentreffen/Gesprächskreise begleiten betroffene Angehörige in dieser Lebenssituation.

Barbara Pokorny

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Demenz und die Pflege von demenziell veränderten Menschen ist ein großes Thema in der heutigen Gesellschaft, in den Medien, in der Politik und vor allem in der Familie. Die pflegenden Angehörigen werden aber mit ihren Sorgen, Gefühlen, Ängsten ... leider oft vergessen. Alles dreht sich um die Demenzveränderten, ihre Bedürfnisse, Schwierigkeiten, Beschwerden. Die pflegenden Angehörigen sind einer psychischen und physischen Belastung ausgesetzt, die nicht selten zur eigenen Krankheit führen kann.

*Der von Maria Kotulek entwickelte **IKS** (informativ, kommunikativ, spirituell) -Kurs berücksichtigt in besonderer Weise die spirituelle Komponente der pflegenden Angehörigen und möchte ihnen helfen die eigene Spiritualität und Religiosität in der Pflege als Ressourcen zu nutzen.*

Dieses Kursprojekt weist auf die Tatsache hin, dass die demenziell veränderten Menschen religiöse Bedürfnisse haben und ein Teil der kirchlichen Gemeinde sind und

– Seelsorge in den Pfarreien den pflegenden Angehörigen ermöglichen kann, ihre Belastungen zu reflektieren, besser mit der neuen Lebenssituation umgehen und die eigene Religiosität/Spiritualität als ein Bestandteil der Pflege sehen zu können.

Es wurde ein Konzept¹³ entwickelt, das von Pfarreien übernommen und selbstständig weitergeführt werden kann. Mit diesem Angebot wird das Krankheitsbild Demenz in der Pfarrei wahrgenommen. Sowohl Demenzgottesdienst als auch Gesprächskreis gehören als fester Bestandteil zu den religiösen Angeboten einer Pfarrei.

Die Wortgottesdienste geben den Angehörigen und den Erkrankten die Möglichkeit einen gemeinsamen Gottesdienst zu feiern, der auch den Bedürfnissen der Erkrankten entspricht. Der Gesprächskreis führt Menschen zusammen, die einen demenzveränderten Menschen pflegen, die nach Sinn ihrer jetzigen Situation suchen und für ihr tägliches Leben Kraft tanken wollen.

Anita Voitl

Von Gott berührt – Segnung pflegender Angehöriger während eines Gesprächsabends

(Material: Tuch, Kerze, Bibel, Blumen, Rosenöl, Schälchen)

Lied

Meine Hoffnung und meine Freude, ... (mehrmals gesungen)

Einleitung

Wir haben jetzt viel gehört, geredet, diskutiert. Nun lade ich Sie ein, Ihre Hände offen vor sich hinzulegen. Die Hände, welche für Ihre Angehörigen oder Freunde so viele Handgriffe erledigen.

Betrachten wir diese unsere Hände. – **kurze Stille**

Gebet

Jesus Christus, Heiland der Welt und meines Lebens. Meine Hände sind manchmal kraftlos, und mein Körper ist oft erschöpft. Dennoch stehe ich unter der Spannung, meine Aufgabe in der Pflege zu erfüllen. Dabei sehnt sich jedes einzelne Glied meines Körpers so oft nach Ruhe und Entspannung. Ich möchte meine Hände und mein Herz dir entgegenhalten, damit ich deine Stärkung empfangen kann. Amen.

Lesung Lk 4,40-41

Als die Sonne unterging, brachten die Leute ihre Kranken, die alle möglichen Leiden hatten, zu Jesus. Er legte jedem Kranken die Hände auf und heilte alle. – **kurze Stille**

Betrachtung

Sie, liebe pflegende Angehörige, pflegen seit Jahren Ihre alten und kranken Familienangehörigen und verwenden viel Zeit und Kraft für die Pflege.

Es kostet Sie viel, manchmal wohl mehr, als Sie zu geben vermögen. Ihre Hände sind vielleicht müde geworden. Sie sehnen sich nach einer verständnisvollen und liebevollen Berührung. Ich wünsche Ihnen die Erfahrung der Kranken aus dem heutigen Evangelium. Jesus schenkt Ihnen seine Nähe und Berührung und durch diese Berührung werden sie heil.

Möge Gott auch Sie in ihrer Lebensgeschichte und in ihrem Pflegealltag immer wieder zärtlich berühren und stärken. Amen. – **kurze Stille**

Einführung in die Segensgeste

Ich habe die Hand als Symbol für diese Segensfeier gewählt. Hände sind faszinierend und einmalig. Was wir erleben, fühlen und durchleiden, spiegeln sie wider. Doch sie empfinden nicht nur, sondern vermitteln auch: Zärtlichkeit, Beruhigung und Wärme. Hände sind das wichtigste Werkzeug in der Pflege. Sie erledigen viele Handgriffe für den/die Kranke/n, sie trösten und lindern. Deshalb soll im Mittelpunkt dieser Segensfeier die Berührung mit der Hand stehen. Wenn wir mit unserer Hand einen Menschen zärtlich berühren, wollen wir damit eine Verbindung schaffen. Wir bejahen ihn, wie er ist und zeigen ihm unsere Nähe. Diese Berührung will zugleich ein sichtbares und spürbares Zeichen für die zärtliche Berührung Gottes sein, wie sie im Evangelium zum Ausdruck kommt.

Segensgebet mit Segensgeste

Gottes zärtliche Berührung mache dich zur/zum Empfangenden und Gesegneten und gebe dir Stärke und Kraft.

Gottes zärtliche Berührung schenke Dir Hoffnung und Zuversicht.

Sie richte Dich auf, wo du gebeugt bist. Sie gebe dir Stütze und Halt.

Gottes zärtliche Berührung gebe dir Mut für den nächsten Schritt.

So berühre und segne dich der dreifaltige und zärtliche Gott, der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

(Kreuzzeichen mit Rosenöl in die Hände/auf die Stirn des pflegenden Angehörigen zeichnen)

Einleitung zum Vater unser

Segnender, handelnder Gott, du hast uns mit deiner heilenden Nähe berührt. Weil du uns nahe sein willst, können wir dich Vater nennen und zu dir beten:

Vater unser im Himmel. ... Amen.

Lied

Der mich atmen lässt, bist du, lebendiger Gott

(in Teilen entnommen aus dem Buch: „Ich will mit dir sein und dich segnen“, Christiane Bundschuh-Schramm, Schwabenverlag)



VI Betreuungs- und Entlastungsleistungen

Caritas Fachstellen für pflegende Angehörige im Bistum Regensburg

- beraten zu allen Fragen rund um die Pflege zu Hause:
 - Wie ist der Umgang mit demenziell erkrankten und psychisch veränderten alten Menschen?
 - Was muss ich bei Krankheiten und Pflegebedürftigkeit beachten?
 - Welche Kosten kommen auf meine An- und Zugehörigen zu?
- beraten auch zu professionellen Angeboten in der Altenhilfe, z.B. Mahlzeitendienste, Hausnotruf, Betreutes Wohnen ...
- helfen bei behördlichen Angelegenheiten.
- vermitteln und organisieren Entlastungsmöglichkeiten in der Region wie z.B. Betreuungsgruppen und Besuchsdienste sowie Angehörigengruppen zum Erfahrungsaustausch mit Gleichgesinnten.

Die Beratung ist selbstverständlich **persönlich, vertraulich, neutral** und **kostenlos**.

Jeder, **unabhängig von Nationalität und Glaubenszugehörigkeit**, kann die Beratung in Anspruch nehmen. Die Beratungsteams bestehen aus **Pflegeschulierten mit Zusatzausbildungen** sowie **Sozialarbeiter/innen**. Fachstellen für Angehörige gibt es in den Caritasverbänden Abensberg, Deggendorf, Dingolfing, Ensding, Schwandorf, Sulzbach-Rosenberg und Straubing.

► <https://www.caritas-regensburg.de/beratenundhelfen/alter-pflege/beratung/pflegende-angehoerige/fachstelle-fuer-pflegende-angehoerige>

Die Fachstelle für Demenz und Pflege Bayern (Träger ist die Freie Wohlfahrtspflege Landesarbeitsgemeinschaft Bayern) ► <https://www.demenz-pflege-bayern.de/angebots-landkarte>

unterstützt und koordiniert die Arbeit der regionalen Fachstellen für Demenz und Pflege. Auf der Angebots-Landkarte sind alle anerkannten Träger von Angeboten zur Unterstützung im Alltag und Fachstellen für pflegende Angehörige in Bayern zu finden.

**„Schwester, Sie sind ein armer Mensch,
dass Sie jeden Tag duschen müssen.“¹⁵**

(Äußerung einer alten Dame mit Demenz bei der Körperpflege)

VII

Medien für das Verstehen der Demenz

In der AV Medienzentrale¹⁴ sind folgende Medien auszuleihen:

- Demenz erleben. – Ich verlier' den Verstand
- Apfelsinen in Omas Kleiderschrank
- Honig im Kopf
- Die Geschichte vom Fuchs, der den Verstand verlor (ab 5 Jahre)
- Lilli – Opa hat Alzheimer (ab 12 Jahre)

Empfehlenswerte Literatur:

Uli Zeller; Menschen mit Demenz begleiten, ohne sich zu überfordern. Ein Ratgeber für Angehörige, 2016

Bettina Tietjen, Unter Tränen gelacht – Mein Vater, die Demenz und ich. Piper-Verlag

In diesem sehr persönlichen Buch erzählt Bettina Tietjen (Fernsehmoderatorin) von der Demenzerkrankung ihres Vaters, vom ersten „Tüdeln“ bis zur totalen Orientierungslosigkeit. Sie beschreibt die Achterbahn ihrer Gefühle; den Schmerz einen geliebten Menschen zu verlieren, aber auch das Glück, ihm in der letzten Lebensphase noch einmal ganz nahe zu sein – und nicht zuletzt die vielen komischen Momente, in denen sie trotz allem herzlich zusammen lachen konnten. Denn Bettina Tietjen ist überzeugt: Demenz macht oft traurig und verzweifelt, aber sie kann auch Denkanstoß und Kraftquell sein.

Arno Geiger, Der alte König in seinem Exil

Arno Geiger hat ein beeindruckendes Buch über seinen Vater geschrieben, der trotz seiner Alzheimerkrankheit mit Vitalität, Witz und Klugheit gesegnet ist. In seiner berührenden Geschichte erzählt er von einem Leben, das es immer noch zutiefst wert ist, gelebt zu werden.

Peter Gaymann/Thomas Klie, Demensch. Texte und Zeichnungen. Für einen menschenfreundlichen Umgang mit Demenz

Mit seinen Cartoons aus der Reihe „DEMENSCH“ wirft Peter Gaymann einen humorvollen Blick auf das Thema Demenz und plädiert damit für einen menschenfreundlichen Umgang mit Demenz. In der öffentlichen Diskussion wird Demenz überwiegend als ein Schreckgespenst gehandelt, aber es kann – wie der Gerontologe Prof. Dr. Thomas Klie sagt – ein „gutes Leben“ unter Bedingungen von Demenz geben, ohne dass die Folgen klein geredet und die zerstörerische Kraft, die sie entfalten kann, negiert werden dürfen. Wir müssen lernen, mit Demenz zu leben, sie anzunehmen, sie nicht ausgrenzen, ihr mit Humanität begegnen. Gaymann und Klie sind davon überzeugt, dass Humor einen Beitrag leisten kann, die Herausforderungen eines menschenfreundlichen, sorgsamem Umgangs mit Menschen mit Demenz zu meistern.

Anna und die beste Oma der Welt – Demenz kindgerecht erklärt

Ein Minibuch und eine interaktive App der CS Caritas Socialis, die anlässlich des Welt-Alzheimertages, das Thema Demenz kindgerecht erklären. „Das Credo ‚Die Oma bleibt die Oma, auch wenn sie immer öfters Sachen vergisst‘ wird kindergerecht aufbereitet und hilft Eltern, das Thema Demenz für Kinder verständlicher zu machen.“

Film/Internet:

„Still Alice“ mit Julianne Moore

¹⁴ AV Medienzentrale Diözese Regensburg, Obermünsterplatz 7, 93047 Regensburg, Tel. 0941 / 597-2251, E-Mail: av-medien@bistum-regensburg.de, www.medienzentralen.de/regensburg

¹⁵ Vgl. 17 Zitate – 17 mal Lebensfreude!, <https://www.alzheimer-guetersloh/?page-id=327>

Es gibt vielfältige Ideen und Projekte für eine demenzsensible sorgende und solidarische Pfarrgemeinde. Manche sind mit wenig Aufwand zu verwirklichen, andere brauchen mehr Ressourcen. Dabei gilt: Nicht jede Pfarrgemeinde muss die ganze Palette möglicher Angebote initiieren. Oft helfen bereits kleine Schritte. Wichtig ist, die Menschen mit fortschreitenden kognitiven Beeinträchtigungen ohne Stigmatisierung in die Gemeinschaft einzubinden. Sie alle sollen Hilfe und Entlastung, Wertschätzung und Zuneigung erfahren können. Der Mensch verliert durch eine dementielle Erkrankung nicht seine Identität als Mensch oder seinen Wert als Person.

Insgesamt gilt: **Der Weg ist das Ziel!** Wo Gemeinden sensibel werden für die Situation von Menschen mit Demenz und solidarisch handeln, tragen sie zur Inklusion und zu einem Leben in Würde für alle Menschen bei.

Das Heft gibt es als Download mit allen angegebenen PDF-Dateien unter

► <https://www.caritas-regensburg.de/ueberuns/gemeindecaritas/arbeitshilfen/arbeitshilfen>

Demenz

**Im Kopf sind schwarze Wolken,
das Denken fällt so schwer.
Reden, machen, laufen,
kann ich bald nicht mehr.**

**Bitte bleibe bei mir,
reiche mir die Hand.
Lass mich nicht alleine
im unbekanntem Land.**

**Sing mit mir Lieder,
tu' was mir gefällt,
denn ich bin noch immer
Teil von dieser Welt.**

(Autor unbekannt)

**BISTUM
REGENSBURG**



Steuerungsgruppe Gemeindecaritas:
Sebastian Aichner, Jürgen Beier, Christoph Braun, Christina Engl, Andreas Jordan, Maria Plank, Anita Voitl, Ulrich Wabra

Bildnachweis:
iStockphoto.com/cvsx (Seite 16), iStockphoto.com/shironosov (Seite 1), Plank Maria (Seite 13,14), shutterstock.de/lightspring (Seite 18), shutterstock.de/logoboom (Seite 5), shutterstock.de/XiXinXing (Seite 20), Stefan Barbara (Seite 6), unsplash.com/daniele levis pelusi (Seite 9)

gemeindecaritas

Herausgegeben 2020 vom
Bischöflichen Ordinariat Regensburg
Referat Diözesane Caritas
und vom Caritasverband für die Diözese Regensburg e.V.
Referat Öffentlichkeitsarbeit

Konzeption und Inhalt: Referat Gemeindecaritas
Von-der-Tann-Str. 7, 93047 Regensburg
Telefon: (0941) 5021-103
Telefax: (0941) 5021-209
gemeindecaritas@caritas-regensburg.de
www.caritas-regensburg.de

