

Leben mit Demenz

Mitgliederbulletin der Schweizerischen Alzheimervereinigung

Nr. 11 | Frühling 2013

25 Jahre Alzheimervereinigung

Im Gründungsjahr der Vereinigung wusste man kaum etwas über Demenzkrankheiten. Heute wird eine nationale Demenzstrategie ausgearbeitet. Ein grosser Entwicklungsschritt, bei dem die Alzheimervereinigung an vorderster Front beteiligt bleibt.

In den 80er Jahren waren Alzheimer oder andere Demenzerkrankungen in der Schweiz noch kaum bekannt. Die Kranken und Angehörigen waren weitgehend auf sich allein gestellt, die Stigmatisierung war gross. Im Jahr 1987 gründeten Angehörige in Bern eine Selbsthilfegruppe, in der Erfah-

rungen geteilt und Probleme diskutiert werden konnten. Die Gruppe wünschte sich auch eine bessere Information und Sensibilisierung der breiten Öffentlichkeit über Demenzkrankheiten sowie eine Vertretung ihrer Interessen gegen aussen. Sie schloss sich Prof. Dr. med. Jean Wertheimer, einem Pionier der Alterspsychiatrie, an, der gleichzeitig die Idee einer nationalen Vereinigung lanciert hatte. So entstand am 8. Juni 1988 die Schweizerische Alzheimervereinigung.

1988/89 wurden die ersten Sektionen gegründet, weitere kamen nach und nach dazu. Heute zählt die Schweizerische Alzheimervereinigung 21 Sektionen, die alle Kantone der Schweiz abdecken. Die Mitgliederzahl ist auf 9000 gestiegen.

Die neue Broschüre zum 25-Jahr-Jubiläum

Information und konkrete Angebote

Mit der Herausgabe der ersten Broschüre «Die Alzheimersche Krankheit» begann die Informations- und Sensibilisierungstätigkeit der Vereinigung. Heute gibt es Broschüren und Infoblätter zu allen wichtigen Themen im Bereich Demenzerkrankungen. Das Alzheimer-Telefon – und die Beratungstelefone auf Sektionsebene – bilden heute wichtige Eckpfeiler des Angebots für Kranke, Angehörige, aber auch Fachpersonen.

Die Schweizerische Alzheimervereinigung wollte jedoch nicht nur informieren, sondern auch konkrete Angebote für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen zur Verfügung stellen. So organisierte sie im Jahr 1993 die ersten Alzheimerferien. Auch die Gruppen für Angehörige und Kranke auf Sektionsebene tragen bis heute dazu bei, dass die Betroffenen integriert bleiben, von den Erfahrungen anderer profitieren und ihre eigenen Erfahrungen weitergeben können. ➤



Weitere Themen

Seite 3 ➤ Nationale Demenzstrategie

Seite 4 ➤ Angehörigenbefragung

Seite 6 ➤ Alzheimer Café



«Kooperativer Föderalismus» stand im 20. Jahrhundert für erfolgreiche Aufgabenerfüllung in der Schweiz: zwischen Bund und Kantonen und durch interkantonale Zusammenarbeit.

«Kooperativer Föderalismus» ist auch bei der nationalen Demenzstrategie gefragt. Noch in diesem Jahr wird die vom Bund in Zusammenarbeit mit den Kantonen erarbeitete Strategie vorliegen. Die Schweizerische Alzheimervereinigung ist sehr erfreut über diese Entwicklung und schätzt es ganz besonders, aktiv an der Strategieerarbeitung beteiligt zu sein. Die Strategie wird Ziele und Massnahmen zur Verbesserung der Früherkennung und der Betreuung von Menschen mit Demenz festlegen. Aber die konkreten Aufgaben müssen bei den Betroffenen erfüllt werden, und dort können die Voraussetzungen sehr unterschiedlich sein. Unser Ziel ist es, dass überall in der Schweiz die Bedingungen für das tägliche Leben mit Demenz und die Lebensqualität aller Betroffenen verbessert werden. Hier sind die Kantone gefragt, und hier ist auch die Rolle der auf kantonaler Ebene tätigen Sektionen zentral. Sie kennen die Verhältnisse und können präzise auf die Akteure Einfluss nehmen. Die Dachorganisation wirkt im Hintergrund mit. Sie liefert das Wissen zu Demenz, die Zahlen und Fakten, und sie unterstützt aktiv die Sektionen.

Nutzen wir die Chance des kooperativen Föderalismus – zwischen der schweizerischen und der kantonalen Ebene wie auch unter den Kantonen!

Ulrich E. Gut, Zentralpräsident

› Eine nationale Demenzstrategie im Jubiläumsjahr

Wie es dem Wunsch der Pioniere entsprach, setzte sich die Alzheimervereinigung auch immer stärker für die Interessen der Kranken und Angehörigen in Politik und Öffentlichkeit ein. Für das Manifest «Priorität Demenz» kamen bis heute rund 55 000 Unterschriften zusammen.

Dank der Erarbeitung von Fakten und Zahlen zur Demenz und viel Überzeugungsarbeit konnte die Grundlage für die Annahme der beiden Motionen für eine nationale Demenzstrategie gelegt werden. Dieser Prozess findet nun im Jubiläumsjahr einen vorläufigen Höhepunkt. Das Bundesamt für Gesundheit wird zusammen mit der Kantonalen Gesundheitsdirektorenkonferenz noch dieses Jahr eine nationale Demenzstrategie vorlegen. Die Schweizerische Alzheimervereinigung ist stark einbezogen und als wichtige Partnerin anerkannt.

Dabei werden wir nicht vergessen, dass hinter jedem der 110 000 Menschen mit Demenz in der Schweiz ein besonderes Schicksal steht und dass sich jede Familie mit den Folgen der Krankheit auseinandersetzen muss. Aber wir können als Alzheimervereinigung wesentlich dazu beitragen, dass bedarfsgerechte Bedingungen für die Betreuung und Pflege geschaffen werden, mit welcher Autonomie und bestmögliche Lebensqualität erhalten werden können.

InfoMobil auf Schweizer Reise

Das InfoMobil geht aus Anlass des 25-jährigen Jubiläums der Schweizerischen Alzheimervereinigung auf eine Reise durch alle kantonalen Sektionen. An zwei oder mehreren Tagen informieren motivierte freiwillige Helferinnen und Helfer aus den Sektionen die Bevölkerung über das lokale Angebot an Leistungen für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen. Vielseitige Informationsbroschüren zu zahlreichen Themen stehen zur Verfügung. Viele



Das InfoMobil unterwegs in Baar.

kantonale Sektionen organisieren einen speziellen Anlass wie eine Medienkonferenz, eine Podiumsdiskussion oder einen Vortrag. Interessierte Personen sind zu diesen Anlässen herzlich eingeladen.

Den Auftakt der InfoMobil-Tournee macht die Romandie mit der Sektion Neuenburg. Dort können sich Interessierte am 25. April in einem Vortrag über das neue Erwachsenenschutzrecht informieren. Ende Mai verlässt das InfoMobil die Romandie und fährt weiter über Basel in die Zentralschweiz. Überall haben alle, die von Demenz in irgendeiner Weise betroffen sind, reichlich Gelegenheit, sich zu dem Thema zu informieren. Aber auch die breite Öffentlichkeit wird sensibilisiert und informiert. Zum Beispiel während einer Filmvorführung oder in einem direkten Gespräch mit den freiwilligen Helferinnen und Helfern aus den Sektionen.

Zum Abschluss der Tournee wird das InfoMobil im Oktober in den Kantonen Schaffhausen und Thurgau Halt machen. Der Zeitplan, die Events und alle weiteren wichtigen Informationen sind auf www.alz.ch ersichtlich und werden dort laufend aktualisiert.

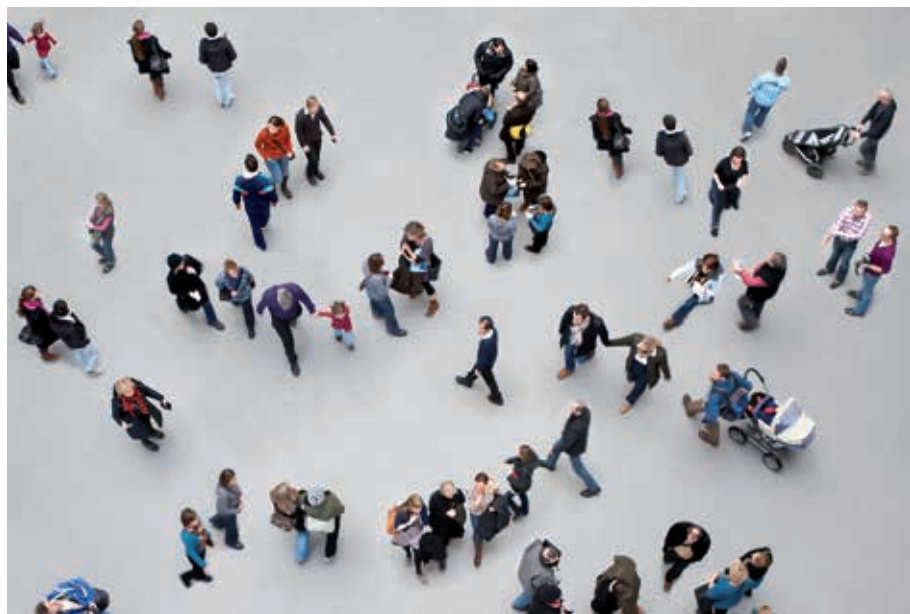
MARIANNE WOLFENBERGER, HEIKE GIECHE

InfoMobil: von Juni bis Oktober in allen deutschsprachigen Kantonen.

Infos zu den Standorten über www.alz.ch oder bei den Sektionen

Einstellungen der Bevölkerung zu Demenz

Die Resultate des «Demenzbarometer 2012» haben gezeigt, dass die Begriffe «Alzheimer» und «Demenz» weitgehend bekannt sind. Die Umfrage wurde im Auftrag der Schweizerischen Alzheimer-vereinigung durchgeführt.



© ZOF – FOTOLIA.COM

Guter Informationsstand in der Bevölkerung

Die landesweite Telefonumfrage umfasst 1007 in der Schweiz wohnhafte volljährige Personen. Es zeigt sich, dass die Begriffe «Alzheimer» und «Demenz» grösstenteils bekannt sind, und dass auch die typischen Symptome einer Demenz – aus einer Auswahl – von der Mehrzahl der Personen erkannt werden. Die Mehrheit der Befragten ist sich bewusst, dass die Anzahl der Demenzkranken in den kommenden Jahren zunehmen wird, und 70% der Personen wissen, dass es momentan keine Medikamente gibt, die Alzheimer heilen können. Es gibt allerdings auch Themengebiete, bei denen die Meinungen geteilt sind. Knapp die Hälfte der befragten Personen ist der Ansicht, dass Angehörige von Menschen mit Demenz «eher sel-

ten» bis «sehr selten» mit ihrem Leben zufrieden sind. Beinahe ebenso viele Personen haben jedoch den Eindruck, dass die Angehörigen «eher häufig» bis «sehr häufig» zufrieden sind. Dass sich Angehörige «eher häufig» bis «sehr häufig» für die Erkrankung ihres Familienmitgliedes schämen, wird von knapp der Hälfte der an der Umfrage teilnehmenden Personen gesagt, während die andere Hälfte gegenteiliger Auffassung ist. Auf die Frage, wer im Fall einer Pflegebedürftigkeit (nicht zwingend Demenz) die Verantwortung für die eigene Pflege und Betreuung übernehmen soll, werden spontan am häufigsten die eigenen Kinder, anschliessend der Lebenspartner, stationäre Pflegeeinrichtungen und die Spitex genannt. Ein gutes Drittel der Befragten ist eher bis sehr besorgt, selbst einmal an Alzheimer zu erkranken.

Geringe Unterschiede zwischen Personen mit und ohne Kontakt zu Menschen mit Demenz

Rund 60% der befragten Personen haben angegeben, in der Vergangenheit oder aktuell Kontakt mit Menschen mit Demenz (gehabt) zu haben. Dieser Prozentsatz ist höher als in der wirklichen Gesellschaft. Dies wiederum hängt mit dem eher höheren Alter der an der Umfrage teilnehmenden Personen zusammen. Das Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich hat in der Analyse zwischen Befragten mit persönlichen Erfahrungen mit Menschen mit Demenz und Personen ohne jegliche Erfahrung unterschieden. Die Unterschiede der Resultate zwischen diesen beiden Gruppen sind jedoch erstaunlich gering. Personen, die bereits mit Kranken in Kontakt gestanden haben, sind interessierter, fühlen sich besser informiert und haben eine leicht positivere Einstellung gegenüber Menschen mit Demenz als jene, die noch keinen Kontakt gehabt haben. Zudem schätzen sie Angehörige häufiger als überfordert ein und überschätzen die Häufigkeit der Demenz, während Personen ohne Demenzkontakt die Häufigkeit eher unterschätzen. Diese Unterschiede zwischen Personen mit und Personen ohne vorherigen Kontakt mit Menschen mit Demenz sind jedoch vorerst als Tendenzen zu betrachten und müssen in zusätzlichen statistischen Verfahren gefestigt werden.

Input für die Arbeitsgruppen der Demenzstrategie

Die Resultate des «Demenzbarometer 2012» wurden zusammengefasst und an verschiedene Teilnehmer der Arbeitsgruppen der Demenzstrategie weitergeleitet. Es wäre mit Sicherheit interessant, die Untersuchung in einigen Jahren erneut durchzuführen, um eine Entwicklung der Einstellungen erkennen zu können.

NICOLE GADIENT

Jenseits der Norm



Einen Menschen mit Alzheimer zu begleiten, heisst, den Weg mit ihm jenseits der Normen zu gehen. Manchmal ohne Sprache, dafür mit Gespür. Sich darauf einzulassen, ist das Schwierigste. Wenn es gelingt, kann es bereichernd sein. Wer kennt seine Eltern wirklich? Mal waren sie unsere Vorbilder. Wir ahmten sie nach, lernten, hörten zu, diskutierten, erfüllten Erwartungen, erfuhren Liebe und Enttäuschungen. Das ist der Gang der Dinge in vielen Familien.

Wir werden erwachsen, haben vielleicht eigene Kinder, und es beginnt von vorne. Trotzdem bleiben wir immer Kinder. Das Kind unserer Eltern.

Alzheimer (Mr A) bringt alles durcheinander. Das Eltern-Kind-Verhältnis verändert sich. Die Tochter übernimmt plötzlich Verantwortung für den Vater, lernt ihn anders kennen, entdeckt seine Freuden, Ängste, seine Sichtweisen aus einer völlig neuen Perspektive.

Viele glückliche, traurige, besinnliche, komische, wertvolle und beängstigende Momente sind es für die Autorin geworden. Momente aus der Sicht des Vaters mit Mr A, Momente aus der Sicht der Tochter.

Aus ihren Aufzeichnungen ist ein einfühlsames und in seiner Form unübliches Buch entstanden, mit abrupt abgebrochenen Zeilen. Ein Buch, welches Momentaufnahmen beschreibt, die der Krankheit ein wenig den Schrecken nehmen. Und einmal mehr bestätigt, dass es sich lohnt, mehr hinzuhören und hinzufühlen, als zu viel zu sprechen.

Denise Broer, Mr A
Zytglogge Verlag, Bern 2012
174 Seiten, ISBN 978-7296-0843-6

Angehörigenbefragung – vielen Dank für Ihre wertvolle Mithilfe!

Die Angehörigenbefragung von Ende 2012 war ein voller Erfolg. Rund 2000 der 11'000 verschickten Fragebogen wurden ausgefüllt und zurückgesandt! Die Teilnehmer der Arbeitsgruppen zur Erarbeitung der nationalen Demenzstrategie erhielten eine Zusammenfassung der Resultate der Umfrage als Input für die Diskussion.

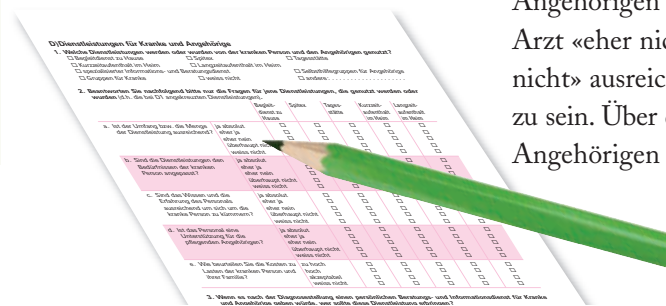
Die Meinung der Angehörigen in der nationalen Demenzstrategie
Welche Rolle übernehmen Angehörige von Menschen mit Demenz in der täglichen Pflege und Betreuung? Fühlen sie sich in medizinischen und anderen Fragen ausreichend informiert und beraten? Welche Dienstleistungen nehmen sie in Anspruch, und wie schätzen sie die jeweilige Qualität ein? Welches sind die schwerwiegendsten Probleme der pflegenden Angehörigen zu Hause?

Die Antworten auf diese und weitere Fragen sind von grosser Wichtigkeit in der aktuellen Erarbeitung der nationalen Demenzstrategie. Wer könnte sie besser geben als die Angehörigen selbst? Aus diesem Grund hat die Schweizerische Alzheimervereinigung Ende November 2012 einen Fragebogen entwickelt und 11 000 Exemplare an ihre Mitglieder, an Tagesstätten und an Teilnehmende der Angehörigengruppen gesandt. Der Rücklauf war überwältigend: Beinahe ein Fünftel der verschickten Fragebogen wurde ausgefüllt und zurückgeschickt! Viele Fragebogen

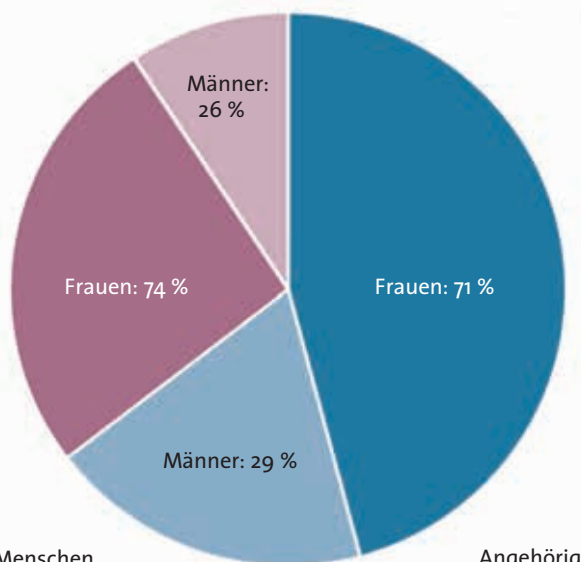
enthielten nicht nur die angekreuzten Antworten auf die einzelnen Fragen, sondern zahlreiche zusätzliche Kommentare und Informationen. Diese persönlichen Aussagen haben gezeigt, dass der Wunsch besteht, Einfluss auf die politische Debatte zu nehmen.

Pflegende Angehörige von zu Hause lebenden Menschen mit Demenz
Ungefähr zwei Drittel der retournierten Fragebogen wurden von Angehörigen von zu Hause lebenden Menschen mit Demenz ausgefüllt. Die Antworten weisen gewisse Tendenzen auf.

Knapp zwei Drittel dieser pflegenden Angehörigen sind Ehepartner, mehrheitlich Ehefrauen, und über 70 Jahre alt. Sie übernehmen in über 90% der Fälle die Hauptrolle in der Pflege und Betreuung ihres mehrheitlich an Alzheimer erkrankten Ehepartners. Zwei Drittel der zu Hause lebenden Menschen mit Demenz sind über 75-jährig, gut 60% sind seit weniger als fünf Jahren krank. Ein Viertel der pflegenden Angehörigen hat das Gefühl, vom Arzt «eher nicht» oder «überhaupt nicht» ausreichend informiert worden zu sein. Über die Hälfte der pflegenden Angehörigen nutzt die Dienstleistun-



Eingegangene Antworten von Angehörigen



Angehörige von Menschen mit Demenz im Heim: **664**

Angehörige von Menschen mit Demenz zu Hause: **1213**

gen der Tagesstätten und der Spitex, und rund ein Viertel hat bereits einen Begleitdienst zu Hause in Anspruch genommen oder von einem Kurzaufenthalt im Heim profitiert. Da es sich jedoch bei den Befragten hauptsächlich um Mitglieder der Schweizerischen Alzheimervereinigung handelt, ist davon auszugehen, dass diese die angebotenen Dienstleistungen, im Vergleich zur Gesamtheit der pflegenden Angehörigen von Menschen mit Demenz in der Schweiz, häufiger in Anspruch nehmen. Was den Leistungsumfang betrifft, wird jener der Tagesstätten und der Spitex als am ausreichendsten beurteilt. Das Wissen des Personals wird bei den Tagesstätten, aber auch bei Kurzaufenthalten im Heim am besten bewertet.

Pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz zu Hause werden tagtäglich vor verschiedene Probleme gestellt. Die Organisation des täglichen Lebens, die persönliche Erschöpfung und mangelnde Hilfe und Entlastung sowie das Verhalten der demenzkranken Person werden in unserer Stichprobe am häufigsten genannt.

Angehörige von Menschen mit Demenz im Heim

In knapp 50% der Fälle handelt es sich bei diesen Angehörigen um die

Kinder und grösstenteils die Tochter. Die kranke Person ist meist über 75 Jahre alt, weiblich, in 55% der Fälle verheiratet und seit mehr als 5 Jahren – meistens an Alzheimer – erkrankt. Ein Drittel dieser Angehörigen ist mit der ärztlichen Information und Beratung unzufrieden. Die Dienstleistungen der Heime werden von gut 85% dieser antwortenden Personen als bedürfnisgerecht eingestuft. Auf die Probleme der pflegenden Angehörigen zu Hause angesprochen, nennt diese Gruppe die Beziehungen mit den Dienstleistern, die Organisation des täglichen Lebens sowie die persönliche Erschöpfung an erster Stelle.

Die Stimmen der pflegenden Angehörigen müssen gehört werden!

Als Interessenorganisation der Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen setzt sich die Alzheimervereinigung insbesondere dafür ein, dass die Verbesserung der Bedingungen des täglichen Lebens mit Demenz und die Gewährleistung der Lebensqualität aller Betroffenen klar als wichtigste Anliegen der pflegenden Angehörigen zu Hause erkannt und im Rahmen der nationalen Demenzstrategie unbedingt berücksichtigt werden müssen!

NICOLE GADIENT

Leserbrief

Schüler spenden für Alzheimer

Wir sind eine Privatschule im Berner Oberland, welche seit 65 Jahren Jugendlichen und Erwachsenen verschiedenste Aus- und Weiterbildungen anbietet. Bekanntester Schwerpunkt ist die Schnittstelle zwischen der obligatorischen Schulzeit und dem Berufsleben (10. Schuljahr).

Warum diese Spende? Unsere Schüler haben die Möglichkeit ein Schliessfach für ihr persönliches Material zu mieten. In den letzten Jahren haben die Schüler zunehmend häufiger ihren Schlüssel für das Schliessfach vergessen und mussten den Ersatzschlüssel im Sekretariat ausleihen. Um dieser Vergesslichkeit (... oder ist es etwa auch ein wenig Bequemlichkeit ... ?) entgegen zu wirken, haben wir beschlossen, dieses Ausleihen ab dem 2. Mal kostenpflichtig zu machen. Ähnlich verfahren wir auch bei anderen Situationen (Taschenrechner vergessen etc.).

Im weitesten Sinne handelt es sich hier um erzieherische Massnahmen, mit denen wir uns in keiner Art und Weise bereichern wollen. Deshalb haben wir im Sekretariat beschlossen, den bis heute aufgelaufenen Betrag von CHF 676.10 Ihrer Vereinigung zu spenden. Die Schüler werden jeweils über den guten Zweck «ihrer Busse» informiert und finden dies eine gute Idee.

Wir haben diesen Betrag an Sie überwiesen und freuen uns, Ihre Vereinigung auf diese Weise unterstützen zu können.

Ein herzliches Dankeschön an das Schulsekretariat und die Schülerinnen und Schüler!

Schweizerische Alzheimervereinigung

Nachmittags ins Alzheimer Café

Orte, an denen sich Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen gleichermassen wohl fühlen, gibt es in der Schweiz noch viel zu selten. Die Alzheimervereinigung Sektion Tessin bietet solche Orte an.

Es schneit an diesem Mittwochnachmittag, als Giorgio und Franca Regazzoni kurz vor 16 Uhr in der Mensa di Besso eintreffen. Sie werden herzlich begrüsst, entdecken sofort bekannte Gesichter und bahnen sich einen Weg durch den Raum. Giorgio Regazzoni hilft seiner Frau aus dem Wintermantel und spricht leise auf sie ein, bis sie sich endlich ruhig und entspannt zu den anderen an den Tisch setzt. Zusammen mit Giorgio und Franca sitzen an diesem Nachmittag ein gutes Dutzend weiterer, älterer Paare hier, im Alzheimer Café in Lugano.

Die Idee des Alzheimer Cafés kommt aus Holland und wurde dort bereits in den 90er Jahren umgesetzt. Heute gibt es in den Niederlanden rund 200 Alzheimer Cafés. Vor zwei Jahren nahm der Vorstand der Schweizerischen Alzheimervereinigung Sektion Tessin die Idee auf. Im Tessin sollten Orte entstehen, an denen Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen sich über Wissenswertes informieren und sich unverbindlich miteinander austauschen können.



Live-Musik zur Unterhaltung.

Im Oktober 2011 eröffnete in Lugano das erste Alzheimer Café in der Schweiz. Seitdem treffen sich hier einmal monatlich Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen, um Vorträge zu hören, darüber zu diskutieren und bei Kaffee, Kuchen und Musik einen gemütlichen Nachmittag miteinander zu verbringen. Die Kurzvorträge sind vielseitig und behandeln Themen wie finanzielle Unterstützung, Abklärung, nichtmedikamentöse Behandlung, Bewältigung des Alltags, Eintritt ins Pflegeheim usw. Sie wechseln sich mit Diskussionen und musikalischen Pausen ab, das Programm ist kurzweilig, der Nachmittag fliegt nur so dahin. Oft machen die Teilnehmenden Themenvorschläge für die nächsten Treffen.

Im Herbst 2012 wurde in Bellinzona das zweite Tessiner Alzheimer Café eröffnet, für Herbst 2013 ist ein drittes in Locarno vorgesehen. Die meisten Besucherinnen und Besucher kommen regelmässig, denn sie schätzen das Angebot sehr. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung nicht nötig. Auskünfte zu Ort und Zeit: www.alz.ch/ti oder Tel. 091 912 17 07.



Das Alzheimer Café ist für alle geöffnet.

HEIKE GIECHE

Alzheimer-Telefon

Mein Ehemann hat eine frontotemporale Demenz

Auf Anraten einer Pflegefachfrau entschliesst sich Frau T., das Alzheimer-Telefon anzurufen. Dort kann sie in einem Beratungsgespräch die Fragen stellen, die sie beschäftigen. Ihr Mann, vor 3 Jahren frühpensioniert, hat sich in der letzten Zeit zusehends verändert. Er ist reizbarer als früher und tätigt gelegentlich kostspielige Spontankäufe. Nun hat er in einer Memory Clinic die Diagnose erhalten: frontotemporale Demenz.

Wie geht es weiter? Wie soll Frau T. auf das Verhalten ihres Mannes reagieren? Was ist eine frontotemporale Demenz? Was lässt sich auf finanzieller Ebene tun? Gibt es therapeutische Angebote oder Aktivitäten für ihren Mann, damit er nicht jeden Tag in der Stadt in die Läden geht? Frau T. möchte sich auch mit anderen Angehörigen austauschen.

Das Gespräch hilft Frau T. Lösungsansätze zu finden. Zum Beispiel müssen finanzielle und administrative Aspekte geklärt werden, und der Kranke sollte wenn möglich eine Vollmacht und eine Patientenverfügung erstellen, solange seine Urteilsfähigkeit ihm dies noch erlaubt.

Die Alzheimervereinigung hat neu ein Infoblatt zum Thema «Frontotemporale Demenz» mit Informationen zu dieser eher seltenen Demenzform und Empfehlungen für den Alltag herausgegeben.

Gesprächsgruppen für Angehörige von Menschen mit frontotemporaler Demenz sind am Entstehen, doch kann auch in regulären Angehörigengruppen der Alzheimervereinigung auf diese Problematik eingegangen werden. In ihrer kantonalen Sektion kann Frau T. einen Termin für ein persönliches Gespräch vereinbaren. Sie erhält dort auch Tipps und Informationen zu lokalen Unterstützungs- und Entlastungsangeboten für demenzkranke Menschen und deren Angehörige.

TELEFON-TEAM



Sektionen der Schweizerischen Alzheimervereinigung

AG

Tel. 056 406 50 70 • www.alz.ch/ag

BS/BL

Tel. 061 265 38 88 • www.alzbb.ch

BE

Tel. 031 312 04 10 • www.alz.ch/be

FR

Tel. 026 402 42 42 • www.alz.ch/fr

GE

Tel. 022 788 27 08 • www.alz-ge.ch

GL

Tel. 079 613 90 90 • www.alz.ch/gl

GR

Tel. 081 253 91 40 • www.alz.ch/gr

JU

Tel. 032 886 83 35 • www.alz.ch/ju

LU

Tel. 041 372 12 14 • www.alz.ch/lu

NE

Tel. 032 886 83 59 • www.alz.ch/ne

OW-NW

Tel. 041 661 24 42 • www.alz.ch/ow-nw

SG/AR/AI

Tel. 071 227 60 04 • www.alz.ch/sga

SH

Tel. 052 634 92 92 • www.alz.ch/sh

SO

Tel. 062 287 10 29 • www.alz.ch/so

TG

Tel. 052 721 32 54 • www.alz.ch/tg

TI

Tel. 091 912 17 07 • www.alz.ch/ti

UR/SZ

Tel. 044 786 35 63
www.alzheimerurischwyz.ch

VS

Tel. 027 323 03 40 • www.alz.ch/vs

VD

Tel. 021 324 50 40 • www.alzheimer-vaud.ch

ZG

Tel. 041 760 05 60 • www.alz.ch/zg

ZH

Tel. 043 499 88 63 • www.alz-zuerich.ch

Bestellschein und Beitrittserklärung

- ___ **NEU:** 25 Jahre Schweizerische Alzheimervereinigung gratis
- ___ Demenzkranke Menschen als Kunden – beim Optiker gratis
- ___ Rechte und Pflichten von Angehörigen gratis
- ___ Demenz vorbeugen – So halten Sie Ihr Gehirn fit gratis
- ___ Vergesslich? Eine Abklärung hilft weiter gratis
- ___ Nach der Demenz-Diagnose gratis
- ___ Demenz – Diagnose, Behandlung und Betreuung gratis
- ___ Leben mit Demenz: Tipps für Angehörige und Betreuende gratis
- ___ Im Akutspital – Informationen für Familien und Freunde gratis
- ___ Pflegeplanung zu Hause / Gesamtordner Fr. 20.–
- ___ Handbuch der Betreuung und Pflege von Alzheimer-Patienten Fr. 20.–
- ___ Alzheimer Karten (Set à je 10 Stk.) zur Verständigung in der Öffentlichkeit gratis
- ___ Alzheimer-Armbänder: 10er-Set mit wasserfestem Schreiber Fr. 16.50
- ___ CD: «Unvergessliche Erinnerungen» (bitte Nummer angeben) gratis
- ___ Demenz in der Schweiz – Eckdaten gratis
- ___ Aktuelle Kosten der Demenz in der Schweiz gratis

Die Reihe **nützlicher Informationsblätter** informiert zu verschiedenen Aspekten des Alltags mit demenzkranken Menschen. Die Infoblätter enthalten viele praktische Tipps. Sie können gratis bestellt oder als PDF auf der Webpage heruntergeladen werden (www.alz.ch).

Demenzkrankheiten, Abklärung, Behandlung mit Medikamenten

- Abklärung und Diagnose einer Demenz
- Medikamente zur Behandlung der Alzheimer-Krankheit (Antidementiva)
- Häufige Demenzerkrankungen: Alzheimer und vaskuläre Demenz
- Seltene Demenzerkrankungen
- **NEU:** Frontotemporale Demenz
- Leichte kognitive Beeinträchtigung
- Behandlung von Stimmungs- und Verhaltensstörungen
- Mit nichtmedikamentösen Therapien Lebensqualität fördern

- Entlastung für pflegende Angehörige
- Berufstätig sein und Angehörige pflegen
- Autofahren und Demenz
- Den Heimeintritt ins Auge fassen

Hilfe bei spezifischen Problemen

- Mit Aggressionen umgehen
- Mit Inkontinenz umgehen
- Körperpflege, An- und Auskleiden
- Wenn der Schlaf gestört ist
- Herumwandern und Weglaufen
- Schmerzen erkennen und behandeln
- Pflege und Betreuung von Menschen mit Demenz am Lebensende
- Hilfsmittel

Praktische Unterstützung im Alltag

- Den Alltag aktiv gestalten
- Die Wohnung anpassen
- Sich verständigen
- Essen und Demenz
- Demenz und Sexualität
- Demenzkranke Personen im Spital

Rechtliche und finanzielle Aspekte

- Vorsorgeauftrag und Patientenverfügung
- Mit einem Testament oder Erbvertrag vorsorgen
- Finanzielle Ansprüche bei Demenzkrankheiten

Frau Herr

Name _____ Vorname _____

Adresse _____ PLZ, Ort _____

Email _____ Unterschrift _____

Ich möchte Mitglied der Schweizerischen Alzheimervereinigung werden

- Einzelmitglied (Fr. 40.–) Kollektivmitglied (Fr. 200.–)

Ich interessiere mich (Antwort freiwillig)

- als Kranke(r) als Angehörige(r) aus beruflichen Gründen aus anderen Gründen

Einsenden an:

Schweizerische Alzheimervereinigung, Rue des Pêcheurs 8E, 1400 Yverdon-les-Bains
Tel. 024 426 20 00 / Fax 024 426 21 67 / E-Mail: info@alz.ch
Bestellungen via Internet: www.alz.ch

Impressum

Herausgeber

Schweizerische Alzheimervereinigung

Redaktion

Heike Gieche, Marianne Wolfensberger

Gestaltung

Buch und Grafik, Zürich

© 2013, Schweizerische Alzheimervereinigung



In Kürze

› Zugehende Beratung

Neben der Sektion AG bietet nun auch die Sektion VS in einem Pilotprojekt Beratungs- und Unterstützungsleistungen für Familien an, damit diese nach der Demenz-Diagnose nicht alleine sind. Die Erfahrungen aus den beiden Pilotprojekten werden auch für die nationale Demenzstrategie von grosser Bedeutung sein.

› Neue Geschäftsstellen in den Sektionen SG/AI/AR und ZG



Die beiden Sektionen haben eigene Geschäftsstellen eröffnet, um noch besser auf die Bedürfnisse der Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen in ihrem Kanton eingehen zu können.

› Mehr Unterstützung für pflegende Angehörige?

Die Subkommission «Familienpolitik» der Kommission für soziale Sicherheit und Gesundheit des Nationalrats (SGK-N), welche sich mit zwei parlamentarischen Initiativen von Lucrezia Meier-Schatz (NR, SG) zu diesem Thema beschäftigt, hat Expertinnen und Experten zu einer Anhörung eingeladen, unter ihnen auch die

Geschäftsleiterin der Schweizerischen Alzheimervereinigung.



› Die Alzheimervereinigung an der MUBA in Basel

Die Sektion BS/BL hatte auch dieses Jahr wieder einen Stand an der Mustermesse in Basel, die vom 22. Februar bis 3. März stattfand. Viele Besucherinnen und Besucher informierten sich über Demenzerkrankungen und versuchten sich mit Hirnjogging.

› «Colocation Alzheimer» (Demenz-WG)

Zwei Pilotprojekte stehen vor der Umsetzung in den Kantonen VD und VS. Ziel ist es, ein in verschiedenen Ländern bereits erprobtes Konzept zu testen und die Bedingungen für eine erfolgreiche Umsetzung dieser komplementären Wohnform zu definieren. Das Angebot richtet sich in erster Linie an Personen, die nicht mehr alleine zu Hause leben können, aber auch noch nicht in ein Heim eintreten

müssen. Die Schweizerische Alzheimervereinigung übernimmt die Kosten für die Projektleitung und Begleitung dieser Projekte.

› Zusammenarbeit der Schweizerischen Alzheimervereinigung mit Fachhochschulen

Immer häufiger interessieren sich Fachhochschulen für das Wissen und die Erfahrungen der Schweizerischen Alzheimervereinigung. Insbesondere im Rahmen von spezifischen Ausbildungsangeboten mit Demenzanknüpfung, aber auch bei Forschungsprojekten zählen sie auf die Mitwirkung und Partnerschaft der Schweizerischen Alzheimervereinigung. ■



Alzheimer-Telefon: 024 426 06 06

Das Alzheimer-Telefon gibt Ihnen Auskunft und berät Sie zu allen Fragen rund um Demenzerkrankungen.

Deutsch, Französisch, Italienisch / Mo-Fr: 8–12 und 14–17 Uhr

Besuchen Sie uns auf Facebook

Betroffene und andere Interessierte können sich neben der Homepage www.alz.ch auch über unsere interaktive Facebook-Seite auf dem Laufenden halten. Wer bei einem Beitrag auf das «Gefällt mir»-Zeichen klickt, hilft mit, die Alzheimervereinigung und unsere gemeinsamen Anliegen bekannter zu machen. Natürlich sind auch Kommentare und Fragen willkommen.



Schweizerische Alzheimervereinigung

Rue des Pêcheurs 8E
1400 Yverdon-les-Bains
Tel. 024 426 20 00
Fax 024 426 21 67
info@alz.ch | www.alz.ch
PK 10-6940-8