



**Alzheimer  
Gesellschaft  
München**

Mit neuer  
Zuversicht!



# **TrotzDemenz<sup>©</sup>**

**Ein Seminar für Menschen im frühen Stadium einer Demenz  
und ihre Angehörigen**

**Fachtagung: „Demenz in jungen Jahren“  
17.10.2017  
Berlin**

**Tobias Bartschinski**





## Projektbeginn 2007

### Gründe

- Zunahme von Beratungsanfragen von Menschen im frühen Stadium einer Demenz und deren Angehörigen
- Wenig Erfahrung mit jüngeren Erkrankten und generell mit Erkrankten im frühen Stadium
- Mangel an zielgruppenspezifischen Angeboten
- Ungleichgewicht



**„Ich möchte nicht bepampert werden!“**

*Zitat: Betroffener*



# Zeitstrahl „Frühe Diagnose“



2007

- **Demenz mitten im Leben (DemiL)**

2008

- **1. Seminar TrotzDem<sub>enz</sub> / 1. Fachtage „Frühe Diagnose“**
- DemiL

2009

- **Freizeittreffen**
- DemiL / 2. Seminar TrotzDem<sub>enz</sub>

2010

- DemiL / 3. Seminar TrotzDem<sub>enz</sub> / Freizeittreffen

2011

- **Austauschtreffen TrotzDem<sub>enz</sub> (TD) / Kreativgruppe**
- DemiL / 3. Seminar TrotzDem<sub>enz</sub> / Freizeittreffen

2012

- **Reiseangebot**
- DemiL / 4. Seminar TD / Freizeittreffen / TD / Kreativgruppe



# Zeitstrahl „Frühe Diagnose“



2013

- **2. Fachtag „Frühe Diagnose“**
- DemiL / 5.Seminar TD / Freizeittreffen / TD / Kreativgruppe / Reiseangebot

2014

- **Handbuch TrotzDem<sub>enz</sub>**
- DemiL / 6.Seminar TD / Freizeittreffen / TD / Kreativgruppe / Reiseangebot

2015

- **Bewegungsangebot**
- DemiL / 7.Seminar TD / Freizeittreffen / TD / Kreativgruppe / Reiseangebot

2016

- DemiL / 8.Seminar TD / Freizeittreffen / TD / **Kunst- & Bewegungsgruppe (K&B)** / Reiseangebot / **Kochgruppe**

2017

- **AGMaktiv** (Freizeittreffen, K&B, Kochgruppe, Reiseangebot)
- DemiL / 9. Seminar TD / TD

2018





Alzheimer  
Gesellschaft  
München

Mit neuer  
Zuversicht!

# TrotzDem<sub>enz</sub>

---





# Rahmenbedingungen

- **Zielgruppe**

- Menschen im frühen Stadium einer Demenz, die sich im Prozess der Auseinandersetzung mit der Diagnose befinden und deren Angehörige.



- **Struktur**

- 8 Module
- getrennte Gruppen für Betroffene und Angehörige
- Teilnehmerzahl 8 Paare bzw. Personen
- Seminarmappe

- **Zeitschiene**

- 120 Min. je Modul
-



- **Personal**

- 3 Personen
- Sozialpädagogen, Psychogerontologen o.a.

- **notwendige Fähigkeiten**

- Wissen über Demenzerkrankungen
- praktische Erfahrung im Umgang mit Gruppen
- Offenheit und Einfühlungsvermögen
- sich flexibel und schnell auf Veränderungen beim Seminarablauf einstellen
- mutig und offen sein für ungewohntes
- Methodenkenntnisse





Alzheimer  
Gesellschaft  
München

Mit neuer  
Zuversicht!

# Seminarablauf

---



- **Informationsmaterial**
  - **Vorgespräche**
  - **Durchführung**
-





## ■ **Teilnahmekriterien Betroffene**

- Wissen um die Erkrankung
- können sich sprachlich mitteilen
- möchten über Symptome der Erkrankung in der Gruppe sprechen
- kommen selbst oder mit Hilfe dritter zum Seminar
- können an mind. sechs von acht Terminen teilnehmen





## ■ **Teilnahmekriterien Angehörige**

- haben die Bereitschaft sich mit anderen über die Erkrankung auszutauschen
- können ihr Handeln reflektieren
- Ausschlaggebend für die Teilnahme eines Paares ist immer der Wunsch des Betroffenen
- können an mind. sechs von acht Terminen teilnehmen





## ■ 8 Module

- Begrüßung und Kennenlernen
- Alltagsgestaltung und Umgang mit Gedächtnisproblemen
- Symptome und Therapie von Demenzerkrankten
- Krankheitsbewältigungsstrategien
- Soziales Netzwerk und Rollenveränderung
- Rechtliche Vorsorge
- Ressourcen und Unterstützungsmöglichkeiten
- Rückblick und Ausblick





# Begrüßung und Kennenlernen

---

- Vertraut machen von Teilnehmern und Gruppenleitung
- Verunsicherung in der Anfangsphase auffangen
- Umgang mit Schweigepflicht klären
- Vorstellung der Module
- Erwartungen, Hoffnungen und Befürchtungen klären

***„Man sollte sich der Krankheit stellen, was soll ich sonst damit machen?“***

---



Alzheimer  
Gesellschaft  
München

Mit neuer  
Zuversicht!

# Alltagsgestaltung und Umgang mit Gedächtnisproblemen

---

- Veränderungen im Alltag benennen
  - Praktische Tipps austauschen
  - Veränderungen akzeptieren
  - Auto fahren
-



---

## und Umgang mit Gedächtnisschwierigkeiten

### Was geht gut?

- *Haushalt bewältigen*
- *auf Enkelkinder aufpassen*
- *Lesen*
- *Gymnastikkurs besuchen*
- *Gartenarbeit*

### Was geht weniger gut?

- *Wortfindung*
- *Aufgaben erinnern, z.B. Einkäufe vergessen*
- *Wortbedeutung erkennen*
- *alleine wohin gehen*



## und Umgang mit Gedächtnisschwierigkeiten

### Was geht weniger gut?

- *Wortfindung*
- *Einkäufe vergessen*
- *weiß nicht was das Wort bedeutet*
- *alleine wohin gehen*

### Lösungen der Teilnehmer

- *abwarten, umschreiben*
- *nochmal gehen*
- *jemanden Fragen*
- *in Begleitung gehen, kleine Übungsrunden*



# Symptome und Therapie von Demenzerkrankten

- Information über Ursachen, Symptome und Therapiemöglichkeiten
- was passiert im Kopf bei der Demenz
- Behandlungsstrategien erfahren und was den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen kann

***„Als ich das erste Mal beim Arzt war hat man mir gesagt, der Herr Alzheimer hätte angeklopft. Ein wenig später ist er durch die Tür gekommen.“***





# Krankheitsbewältigungsstrategien

---

- Stereotype Wahrnehmung von Demenzbetroffenen hinterfragen
- Persönliche Bewältigungsstrategien bewusst machen
- Neue Bewältigungsstrategien kennen lernen
- Erfahren wie der Partner unterstützt werden kann
- Wünsche an das Umfeld benennen

***„Ich komme mit meiner Krankheit gut zurecht, da ich eine breite Palette von Hobbys habe.“***



# Soziales Netzwerk und Rollenveränderung

- Einfluss der Erkrankung auf die Paarbeziehung erfahren
- Rollenveränderungen bewusst machen
- Balance zwischen Unterstützung und Selbstständigkeit
- Wünsche an den Partner formulieren
- Das soziale Netzwerk verdeutlichen

***„Ich komme mit meiner Krankheit gut zurecht, da ich eine breite Palette von Hobbys habe.“***



Alzheimer  
Gesellschaft  
München

Mit neuer  
Zuversicht!

# Soziales Netzwerk und Rollenveränderung

---



„Die verwirrende  
Gleichzeitigkeit von Ehe- und  
Pflegebeziehung.“

*Luitgard Franke*

Kippbild „alte Frau – junge Frau“

---



Alzheimer  
Gesellschaft  
München

Mit neuer  
Zuversicht!

# Soziales Netzwerk und Rollenveränderung

---



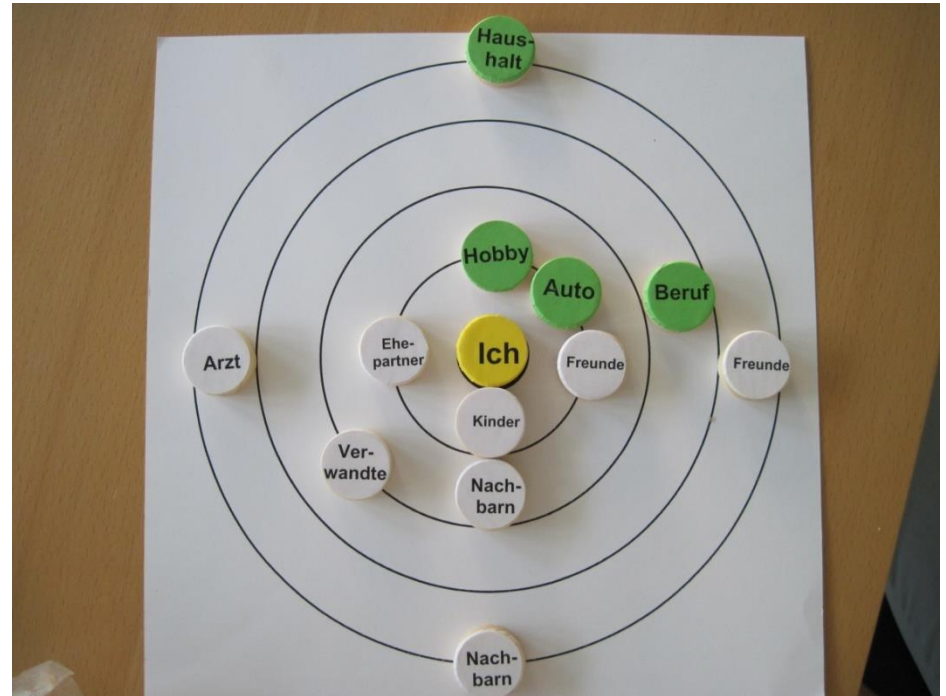
Persönliche  
Netzwerkkarte erstellen



# Modul 6

## Beispiele persönlicher Netzwerke

---





# Rechtliche Vorsorge

- Vorsorge, Betreuung und Patientenverfügung
- Informationen, um selbstbestimmt rechtliche Vorsorge zu treffen
- Geeignete Formulare kennenlernen
- Informationen zu Beratungseinrichtungen zu rechtlicher Vorsorge

***„Ich habe mich schon lange damit beschäftigt, mein Mann und meine Tochter machen da mit. Es ist schon so weit, dass sie wissen was ich möchte. Ich bin in guter Position.“***



# Ressourcen und Unterstützungsmöglichkeiten

- Ressourcen erkennen und aktivieren
- Bedeutung von internen und externen Ressourcen erfahren
- Institutionelle Unterstützungs- und Hilfsangebote und deren Finanzierung kennenlernen
- Ermutigen Unterstützung frühzeitig in Anspruch nehmen

***„Ich mag nicht alles abgenommen bekommen, sonst fühl ich mich hilflos, als jemand der nichts mehr kann.“***



# Rückblick und Ausblick

- Rückblick auf die Seminarthemen
- Offene Fragen klären
- Gruppenangebote der Organisation kennen lernen
- Folgeangebote weiterer Organisationen kennen lernen

**„ Es soll nicht zu viel Hilfe sein. Ich möchte aktiv bleiben und meine Kompetenzen weiter haben.“**





- Ein Beratungsgespräch nach der Diagnose ist wichtig und zunächst richtungsweisend.
- Vorteile des Seminars:
  - Es bündelt viele Fragen.
  - Die Gruppe gibt Kraft und emotionalen Beistand.
  - Der Wunsch sich weiterhin zu treffen ist groß.



**Förderung der Selbsthilfe**

***„Lasst uns Zeit, habt Geduld  
und lasst uns die Dinge selber tun.“***

***Gemeinsamer Wunsch einer Seminargruppe***

---



Alzheimer  
Gesellschaft  
München

Mit neuer  
Zuversicht!

# Leitfaden zur Seminare durchführung (CD-ROM)

Die CD-ROM  
„Praxishandbuch  
TrotzDemenz<sup>®</sup>“ ist seit Ende  
November 2014 erhältlich  
bei der :

Alzheimer Gesellschaft  
München e.V.

info@agm-online.de  
www.agm-onlin.de  
089-47 51 85

Preis: 25 Euro





Alzheimer  
Gesellschaft  
München

Mit neuer  
Zuversicht!



***„Jeder ist auf seinem  
persönlichen Weg,  
sich auf ein Leben mit  
der Demenz  
einzurichten.“***

*Seminarteilnehmer*

