



# Rundbrief

## In dieser Ausgabe:

Grußwort .....	Seite 1
Betreuungsgruppen - Lebensfreude trotz Demenz .....	Seite 2
Leben mit Demenz - inmitten der Gemeinde .....	Seite 2

## Grußwort

von Jürgen Hoerner

Liebe Mitglieder, Förderer und Freunde der Alzheimer Gesellschaft Landkreis München e.V. (AGLM) Sehr geehrte Damen und Herren,

der bereits zurückliegende Sommer war nicht nach jedermanns Geschmack. Zu nass, zu kalt und zu wenig Sonne. Dafür hat uns der Herbst mit wunderbaren Tagen wieder versöhnt. Doch egal wie das Wetter sich zeigt, wir sind davon unbeeindruckt und erledigen die vielfältigen, anstehenden Aufgaben in gewohnter Weise. Neben der täglichen Arbeitsroutine waren zum diesjährigen Welt-Alzheimerstag am 21.09.2016 in Unterhaching eine Reihe von Aktionen zu planen und vorzubereiten.

**Der Welt-Alzheimerstag wurde im Jahre 1994 von der Dachorganisation Alzheimer's Disease International (ADI) mit Unterstützung der WHO initiiert und soll die Bevölkerung auf die Krankheit Demenz aufmerksam machen.**

Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft rief in diesem Jahr zu einer Woche der Demenz unter dem Motto „Jung und Alt bewegt Demenz“ auf. Es waren also mehrere Tage, an denen der Bevölkerung etwas zum Thema Demenz mitgeteilt werden konnte. Einige aus unserer Mitte machten sich mit großem Eifer ans Werk und planten insgesamt drei Aktionen. Zum Einen wurde versucht, in einer Fotoausstellung dem Motto des Welt-Alzheimerstages Rechnung zu tragen. Das Ergebnis kann sich wahrlich sehen lassen. Die von der Fotografin Monika Wrba aufgenommenen Bilder zeigen in beeindruckender Weise Momente, in denen junge Menschen und betagte Menschen mit Demenz fröhlich zusammen sind. Insgesamt zwei Wochen waren die Fotos im Foyer des Rathauses Unterhaching zu bewundern. Als zweiten Event zeigten wir im KUBIZ in Unterhaching den Spielfilm „Nicht schon wieder Rudi“. Eine locker-leichte Tragikomödie zum emotionalen Thema Demenz. Während des gesamten Filmes fällt nicht ein einziges Mal dieses Wort und doch erkennt der Zuschauer sofort, dass es hier um das für uns so wichtige Thema Demenz geht. Dieser und andere Filme können in unserer Geschäftsstelle

auch ausgeliehen werden.

Bei der dritten Aktion unterstützten wir die Gemeindebücherei Unterhaching, die eine „Bücherecke für Senioren“ einrichtete, bei der in Zukunft auch Bücher zum Thema Demenz ausgeliehen werden können. Auch hier war die AGLM beratend und im Rahmen der Woche der Demenz zur Eröffnung präsent.

Den Abschluss dieser ereignisreichen Woche bildete ein Tanztee für Menschen mit und ohne Demenz im Bürgersaal der Gemeinde Haar. Nach vier Jahren verließen wir mit diesem Projekt unseren angestammten Einzugsbereich im Süden des Landkreises und fanden mit der Nachbarschaftshilfe Haar einen weiteren, guten Kooperationspartner. Etwa siebenzig tanzbegeisterte Seniorinnen und Senioren genossen diesen Nachmittag, der alle zwei Monate von uns durchgeführt wird.

Nach der Sommerpause begannen auch wieder die Zusammenkünfte der Herbstwindgruppen in den verschiedenen Gemeinden. Auch die Selbsthilfegruppen in Unter- und Oberhaching und Oberschleißheim haben ihren Betrieb wieder aufgenommen. Für diese Angehörigengruppen wurde ein Ausflug nach Weilheim organisiert. Dort wird von den Teilnehmern eine ambulant betreute Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz besichtigt werden. Diese WG

in Weilheim wurde ebenfalls wie die derzeit im Bau befindliche WG in Oberhaching von der MARO-Genossenschaft errichtet und wird durch die dortige Alzheimer Gesellschaft Pfaffenwinkel begleitet.

In der beigegeführten „Alzheimer INFO“ 03/2016 ist der Schwerpunkt natürlich der Welt-Alzheimerstag 2016. Aber auch andere Themen wie Familienbeziehungen bei Demenz oder neues aus Forschung und Medizin ist darin zu finden. Auch dem dreißigsten Geburtstag unseres Nachbarvereins, der Alzheimer Gesellschaft München, ist ein Beitrag gewidmet.

Ich wünsche Ihnen eine gute Zeit.

Mit herzlichen Grüßen, Ihr Jürgen Hoerner, 1. Vorsitzender ■



Die Fotoausstellung zum Jahresmotto des Weltalzheimerstages 2016 „Jung und Alt bewegt Demenz“

## Betreuungsgruppen - Lebensfreude trotz Demenz

von Jürgen Hoerner

Regionale Alzheimer Gesellschaften wie die AGLM, Wohlfahrtsverbände und andere Organisationen bieten vielerorts Gruppenbetreuung für Demenzkranke an. Die Betroffenen kommen regelmäßig zusammen, um gemeinsam schöne Stunden zu verbringen. Unterstützt werden sie ausschließlich von geschulten ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern, die sich ganz auf ihre Bedürfnisse einstellen. Viele alte Menschen lieben ihr Kaffeekränzchen. Warum sollte damit Schluss sein, wenn ein Arzt Alzheimer oder eine andere Form der Demenz festgestellt hat? Überall in Deutschland gibt es Angebote speziell für Frauen und Männer, die sich aufgrund ihrer Krankheit nicht in öffentliche Cafés trauen – oder sich an ihre alten Freundinnen und Freunde nicht mehr erinnern.

### Entspannte Atmosphäre

Die regionalen Alzheimer Gesellschaften und andere Organisationen und Wohlfahrtsverbände wie Caritas und Diakonie laden zu Betreuungsgruppen ein. Demenzkranke im frühen bis mittleren Stadium kommen ein oder zwei Mal in der Woche zu Kaffee und Kuchen oder auch zum Mittagessen zusammen. Sie unterhalten sich, singen, basteln und spielen gemeinsam. Anders als im herkömmlichen Kränzchen erwartet hier niemand, dass die Teilnehmer langen Gesprächen folgen und sich Details merken. Sie dürfen ganz sie selbst sein. Im Einzugsbereich der AGLM, im Landkreis München haben sich Herbstwind-Betreuungsgruppen in Unterhaching, Oberhaching, Neubiberg, Grünwald, Unterschleißheim und Höhenkirchen-Siegertsbrunn seit vielen Jahren fest etabliert. Diese werden in Kooperation mit Caritas, Evangelisches Familien- und Altenpflegewerk und Nachbarschaftshilfen den Betroffenen angeboten. Weitere Gemeinden haben schon Interesse an einer Herbstwindgruppe bekundet.

Darüber hinaus nehmen viele Menschen mit Demenz an Tanz-Nachmittagen in verschiedenen Gemeinden teil, an denen auch gesunde, rüstige Seniorinnen und Senioren dabei sind.

### Ausflüge in der Gruppe

Viele Organisationen, die Betreuungsgruppen anbieten, organisieren auch Feste, Tanzcafés und Ausflüge. Die Demenzkranken kommen so unter Menschen und bleiben am gesellschaftlichen Leben beteiligt.

### Professionelle Betreuung in der Gruppe

Anbieter von Betreuungsgruppen legen die Arbeit mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern meistens in die Hände von ehrenamtlichen Helfern, die sie zuvor geschult haben. Diese Ehrenamtlichen sorgen für eine angenehme, konflikt- und stressfreie Atmosphäre. Außerdem trainieren sie mit einfachen Spielen das Gedächtnis ihrer Gäste, machen altersgerechte gymnastische Übungen und unternehmen Zeitreisen in die Vergangenheit. Denn dort kennen sich Demenzkranke oft noch sehr gut aus. Bei diesen Reisen helfen Fotos, vor allem aber Musik. Schlager aus den 1950er- und 1960er-Jahren oder Volksmusik lösen bei vielen Demenzkranken angenehme Gefühle aus – und sorgen dafür, dass sie heiter aus der Betreuungsgruppe heimkehren.

### Finanzierung

Die Kosten für solche Zusammenkünfte halten sich für die Demenzkranken in Grenzen. Meistens können sie über ihre Krankenkassen im Bereich Niedrigschwelliger Betreuungsangebote Unterstützung beantragen und die Leistungen darüber verrechnen. Selbstzahlung dieser geringen Beträge ist ebenfalls möglich.

Weitere Auskünfte auf unserer Homepage: [www.aglm.de](http://www.aglm.de) oder Tel: 089 | 6605 9222 ■

## Leben mit Demenz - inmitten der Gemeinde

Regelmäßige Angebote

### Herbstwindgruppen

Pro Woche an vier Nachmittagen und am Donnerstag ganztags werden Menschen mit Demenz von zu Hause abgeholt, um in anregender Runde mit Musik, Tanz, Spiel wieder Geselligkeit zu erleben. Die Termine sind:

**Montag** im Pfarrheim St. Korbinian, Unterhaching,  
**Dienstag** im Pfarrsaal Maria Königin, Grünwald  
**Mittwoch** im Seniorenheim St. Rita, Oberhaching,  
**Donnerstag - Ganztages- und Nachmittagsbetreuung** im Pfarrheim St. Birgitta, Unterhaching.  
 Jeden **2. Donnerstag** im Seniorenzentrum Neubiberg

Anmeldung: Caritas Sozialstation, Hachinger Tal, von-Stauffenberg-Str. 39, Unterhaching

☎ **089-614521-17** oder

☎ **0160-9737 6266 - Josefina Köster**

### Selbsthilfgruppen pflegender Angehöriger

Jeden 3. Montag im Monat kommen jeweils um 14:30 Uhr im Pfarrheim St. Korbinian Unterhaching, jeden letzten Dienstag im Pfarrheim Maria Patrona Bavaria in Unterschleißheim und jeden 3. Mittwoch im Monat Uhr in der Seniorenresidenz in Deisenhofen Angehörige von Menschen mit Demenz in Selbsthilfgruppen zusammen, um sich über Probleme und Hilfen auszutauschen.

Die Themen und Termine werden auf unserer Homepage unter „Veranstaltungen“ bekannt gegeben.

### Beratung in Demenzfragen

Jeden Mittwoch von 10:00 - 16:00 und von 17:00 - 19:00 Uhr in unserem Informationsbüro Hauptstraße 42, 82008 Unterhaching. Nach Vereinbarung auch bei Ihnen zu Hause.

**Neu: Am dritten Donnerstag im Monat von 16:00 - 19:00 Uhr in der Sozialstation Würmtalinsel in Planegg.**

☎ **089-6605 9222 - Alzheimer Telefon** oder: [www.aglm.de](http://www.aglm.de)

Impressum:

Alzheimer-Gesellschaft  
Landkreis München e.V.  
Hauptstraße 42  
82008 Unterhaching

Telefon **089-6605 9222**  
Telefax **089-6605 9221**  
eMail **kontakt@aglm.de**  
WEB **www.aglm.de**



**Demenz**  
-  
**den Weg gemeinsam gehen**