



# Rundbrief

## In dieser Ausgabe:

Grußwort .....	Seite 1
Unsere Empfehlung für die Zeit zu Hause .....	Seite 2
Gefühle (er)wecken .....	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,

nach wie vor sind wir in ständiger Begleitung von Corona. Mittlerweile stecken wir Alle ganz massiv inmitten der sogenannten zweiten Welle und die hat große Auswirkungen für unser Tagesgeschäft. Überwiegend sind wir gezwungen, auf Notbetrieb umzustellen. Dass wir damit für die Menschen mit Demenz die Stunden der Geselligkeit, Frohsinn und etwas Entlastung für die pflegenden Angehörigen nicht anbieten können, schmerzt schon sehr. Auch aus diesem Grund haben wir die beiden Herbstwindgruppen in Unterhaching mit einem stark eingeschränkten Angebot und geringer Teilnehmeranzahl wieder begonnen. Die am Nachmittag stattfindenden Gruppenbetreuungen werden den erforderlichen Hygiene-Vorgaben entsprechend durchgeführt. Die weiteren Herbstwindgruppen in Neubiberg, Oberhaching, Grünwald und Gräfelfing können leider auch weiterhin nicht stattfinden. Ebenso sind die Selbsthilfegruppen in Oberschleißheim und in Oberhaching wegen der nicht nutzbaren Räumlichkeiten zur Zeit nicht möglich. Wegen des Corona Lock-Downs mußte auch die begonnene Demenz-Helferschulung in Unterhaching unterbrochen werden. Aber trotz Lock-Down die Krise zu bewältigen, war die Initialzündung für das Entstehen der Theatergruppe der AGLM. Im Rahmen des Welt Alzheimer Tages wurde das Märchentheater „Schneewittchen“ initiiert, erarbeitet und bei den Bewohner\*innen und pflegenden Angehörigen im Garten der Wohngemeinschaft in Oberhaching aufgeführt. Ziel des Theaterprojektes von ehrenamtlichen Helfer\*innen der AGLM für Menschen mit Demenz war, in dieser Zeit den Betroffenen und den Angehörigen ein gemeinsames und fröhliches Erleben zu bieten. Mit Humor und altbekannten Liedern in diesem Märchenstück konnten die Laienschauspieler\*innen die Herzen der Zuschauer erwärmen und trotz der Corona-Distanz eine Verbindung erreichen. Die Normalität des Alltags wurde für dreißig Minuten hinter sich gelassen und die Protagonisten verzauberten die Zuschauer\*innen in eine „gemeinsame andere Welt“.

„Meine Vision von Gemeinsamkeit und Verbindung konnte

sich in diesem Projekt im Rahmen des WAT verwirklichen und wir hoffen, dass wir weiter dieses Märchenstück in verschiedenen Senioreneinrichtungen spielen dürfen“. So die Initiatorin, Darstellerin und Regie führende Pflegelehrerin der AGLM, Denise Buss.

Nachdem mittlerweile sehr viele Zusammenkünfte in Präsenz nicht möglich sind, haben auch wir die Möglichkeiten der Video-Meetings erlernen und erfahren dürfen. Wir haben den Umgang mit diesem Medium erlernt und damit begonnen, diverse Meetings, aber auch Beratungen via Video per ZOOM anzubieten. Im Gegensatz zur telefonischen Beratung sitzen die Ratsuchenden der Beraterin gefühlt direkt gegenüber. Hierdurch lässt sich die Mimik und Gestik des Gegenübers beobachten, um in der Beratung die Emotionen besser einschätzen zu können. Der Austausch von Unterlagen ist über die Teilungsfunktion des Bildschirms während der Beratung möglich. All dies natürlich unter Beachtung und Anwendung der geltenden Datenschutzrichtlinien. Wir wissen es sehr wohl zu schätzen, dass über diesen Weg sehr viele Kontakte möglich sind, die persönlichen Gespräche sind damit aber nicht ersetzbar.



Das Märchentheater „Schneewittchen“ wird in der Wohngemeinschaft Oberhaching dargeboten.

In der beiliegenden 4. Ausgabe „Alzheimer-Info“, der Quartals-Broschüre der Deutschen Alzheimer Gesellschaft lesen Sie diesmal wie Menschen mit Demenz mehr Fähigkeiten und ein Talent für Komik haben als man ihnen zutraut. Über Freude und Humor berichten zahlreiche Autoren. So lesen Sie, wie sich das Auftreten von Clowns auswirkt und welchen Nutzen das Singen und Lachen bringt. Prof. Dr. T. Klie schreibt über die Rechte der Menschen mit einer Frontotemporalen Demenz und Silvia Krupp im Artikel Humor im Alltag „Alles worüber wir lachen können, verliert an Schwere“.

Das gesamte Team der Alzheimer Gesellschaft Landkreis München wünscht Ihnen eine angenehme Weihnachtszeit.  
Bleiben Sie gesund!  
Mit herzlichen Grüßen  
Ihr Jürgen Hoerner,  
1. Vorsitzender



## Unsere Empfehlung für die Zeit zu Hause

von Ingrid Schmidt-Endraß

## Gefühle (er)wecken

von Ingrid Schmidt-Endraß

Eine unterhaltsame Variante bietet das Erzähltheater „Kamishibai“.

Ein leicht zu bedienender Theater-Schaukasten findet auf einen Tisch Platz. Wechselnde Bilder werden in einem bühnenähnlichen Rahmen geschoben. Jede Szene hat ihr eigenes Bild. Dazu gibt es die Erzählungen in einem kurzem Text.



Kamishibai, Szene aus „Die Bremer Stadtmusikanten“

Schon alleine die einzelnen Bilder machen neugierig und laden ein, miteinander zu sprechen. Es muss nicht immer eine komplette Geschichte sein. Schon eine Szene, ein Tier, die Jahreszeit oder die Farben, die auf dem Foto abgebildet sind, locken schon sich darüber zu unterhalten und bringen Freude. ■

Die Demenz hat eine Menge an negativen Begleiterscheinungen. Sie birgt aber auch eine Chance zu einer Neuentdeckung, einem sich neu kennenlernen. Es entsteht so eine andere Form des Zusammenlebens, die ebenso ihre schönen Seiten hat. Sich gemeinsam freuen, lachen und auch mal Kind sein dürfen, all dies ist möglich und wünschenswert.

Eine Musik die zum Mitsingen oder zum Tanzen einlädt, kann schon ein Funke sein, um ein Fenster zur Vergangenheit zu öffnen. Es vernetzt sich Gefühl und Verstand, der Weg zum Langzeitgedächtnis wird frei und es können Erinnerungen fließen. Der Verlust der Sprache kann einen Menschen mit Demenz sehr zusetzen. Gefühle, Empfindungen nicht mehr verbal ausdrücken zu können, kann sehr belastend sein und eine Depression oder Verwirrtheit verstärken.

Ärger, Wut, Trauer, Ängste brauchen ihren Ausdruck genau wie Freude, Glück, Herzlichkeit, Liebe und Lachen. Eine Geschichte, eine einfache Erzählung und gar ein Märchen sind Zugangswege zu Gefühlen. Werden hier Emotionen angesprochen, so wird was im Verborgenen schlummert, gelöst. Der Zuhörer fühlt mit und kann sich dann auch öffnen.

„Der König ist wütend auf seinen Diener“ – so wird die Wut mit Fußstapfen in einer freien ungezwungenen Atmosphäre zum Ausdruck gebracht und gleichzeitig die eigene Wut hineingelegt und abgebaut. ■

## Leben mit Demenz - inmitten der Gemeinde

Regelmäßige Angebote

Wegen Corona können derzeit nur wenige Herbstwindgruppen, nicht alle Selbsthilfegruppen und keine Tanzveranstaltungen stattfinden. Bitte beachten Sie die strengen Hygienekonzepte!

### Herbstwindgruppen

#### Montag

- Nachmittagsbetreuung im Pfarrheim St. Korbinian, Unterhaching,

#### Dienstag

- Ganztagesbetreuung im Pfarrsaal Johannes der Täufer, Taufkirchen - **findet derzeit nicht statt.**
- Nachmittagsbetreuung, im Pfarrsaal Maria Königin, Grünwald **findet derzeit nicht statt.**

#### Mittwoch

- Nachmittagsbetreuung bei der Nachbarschaftshilfe, Oberhaching - **findet derzeit nicht statt.**
- Nachmittagsbetreuung im Pfarrsaal der Friedenskirche in Gräfelfing - **findet derzeit nicht statt.**

#### Donnerstag

- Nachmittagsbetreuung im Pfarrheim St. Birgitta, Unterhaching.
- Nachmittagsbetreuung bei der Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim - **findet derzeit nicht statt.**
- Jeden **2. Donnerstag** Nachmittagsbetreuung im Seniorenzentrum Neubiberg, - **findet derzeit nicht statt.**

### Selbsthilfegruppen pflegender Angehöriger

Angehörige von Menschen mit Demenz kommen in Selbsthilfegruppen zusammen, um sich über Probleme und Hilfen auszutauschen.

**Unterhaching:** Jeden 3. Montag im Monat um 14:30 Uhr in der AGLM Geschäftsstelle.

Jeden ersten Montag im Monat für Berufstätige um 18:00 Uhr in der AGLM Geschäftsstelle.

**Oberschleißheim:** Jeden letzten Dienstag im Monat um 14:30 Uhr im Pfarrheim Maria Patrona Bavaria in Oberschleißheim.

**Oberhaching:** Jeden 3. Mittwoch im Monat um 14:30 Uhr in der Seniorenresidenz in Deisenhofen. - **findet derzeit nicht statt.**

**Grünwald:** Derzeit keine Treffen der Selbsthilfe-Gruppe.

**Beratung in Demenzfragen:** nach Vereinbarung in unserer Geschäftsstelle Hauptstraße 42, 82008 Unterhaching oder auch bei Ihnen zu Hause.

### Außensprechstunden

In den Gemeinden Planegg, Hohenbrunn, Sauerlach und Ismaning finden regelmäßig Außensprechstunden statt.

☎ **089-6605 9222** 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**