

## Verletzlichkeit und Lebensperspektiven bei Demenz

Aufgabe für den Einzelnen, die Gesellschaft,  
die Kommune

concept.alter  
Dr. Marion Bär

Wissenstransfer - Prozessberatung - Evaluation  
für Altenhilfe und Gesundheitswesen

# Demenz ist zum Thema geworden!

zum Beispiel...

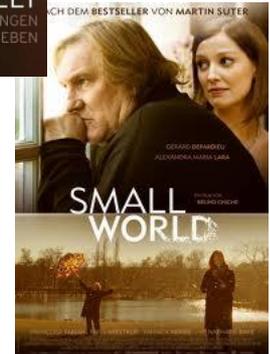
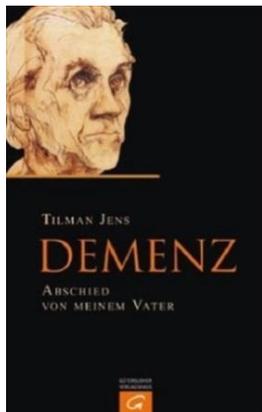
... im Fernsehen zur besten Sendezeit

... durch prominente Betroffene

... in bildender Kunst und Literatur

... an neuen Orten (Kommune, Schule, Verein, Kirchengemeinde ...)

... und in den Familien und Freundeskreisen



**Wachsendes Bewusstsein:  
Demenz geht uns alle an!**

**„Wir haben nicht ohne Widerstreben zu lernen, dass Dementsein eine subjektiv genauso sinnvolle menschliche Seinsweise ist und genauso zum Mensch-Sein gehört wie Kindsein, Erwachsensein und aktiv Altsein, nicht nur mit denselben Grundrechten, sondern auch mit denselben Verstehensmöglichkeiten.“**

**Klaus Dörner, 2005**

# Was kann es bedeuten, mit einer Demenz zu leben? Zum Beispiel...

**Verlust eines selbstverständlichen Lebensgefühls**

Gefühl,

zu langsam, verloren,

▶ „ein leeres Blatt“ zu sein

(Phinney&Chesla, 2003)

**Angst davor, „deswegen“ nicht mehr als wertvolle Person anerkannt zu werden**

(Steeman et al., 2007)

# Aber

- ▶ Menschen mit Demenz bewerten ihr Leben mit der Erkrankung sehr unterschiedlich (von „nicht weiter tragisch“ bis „die Hölle“, Hulko et al. 2009)
- ▶ Angehörige und Pflegende tendieren dazu, die Lebensqualität von Menschen mit Demenz zu unterschätzen, insbesondere wenn der Mensch mit Demenz in seinen Alltagsaktivitäten eingeschränkt ist (Moyle et al., 2011)



**„Es gibt ein Leben nach der Diagnose“**

Christian Zimmermann, München

# Sinn erfahren heißt...



Menschen,  
die mir wichtig sind



Aufgaben und  
Tätigkeiten, die mir  
Freude bereiten

Foto: Forum Demenz, Wiesbaden

...in Beziehung sein mit dem,  
was mir am Herzen liegt



Dinge, an denen ich hänge



Ziele, auf die ich  
hinlebe



Erinnerungen, die  
mir Kraft geben

...egal ob mit oder ohne Demenz

**„Die Frage, inwieweit ein Leben mit Demenz  
schlimm ist oder nicht, hängt (...) von den täglichen  
Erfahrungen des Menschen mit Demenz ab“  
(Nuffield Council on Bioethics, 2009)**

**...im privaten Raum  
...im öffentlichen Raum**

# Normalität leben können – für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen



## Situationen und Zeiträume, in denen die Krankheit nicht...

- ... zwischen uns steht (Beziehungen)
- ... zwischen und den anderen steht (Entstigmatisierung)
- ...zwischen uns und dem Leben steht (Alltags- und Lebensgestaltung)

## **Zugehörigkeit erfahren**

„Ich weiß meistens die Namen nicht mehr. Trotzdem gefällt es mir hier und ich bliebe gerne dabei!“

## **Gehört werden, mitgestalten können**

„Dass ich nicht mehr alles tun kann, heißt nicht, dass ich gar nichts mehr entscheiden darf!“

# „Quality Time“ - Gemeinsam gute Momente erleben können

„Urlaub für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen“, Forum Demenz Wiesbaden



[www.wir-tanzen-wieder.de](http://www.wir-tanzen-wieder.de)

*Was geht!*  
Sport, Bewegung und Demenz

PROJEKT "WAS GEHT!" | GUTE PRAXIS | UNTERSTÜTZER | VIELBEWEGT | MEDIATHEK | KONTAKT

Projekt Was geht! Sport, Bewegung und Demenz



*Gemeinsam bewegen...*

Demenz Support Stuttgart

concept.alter  
Dr. Marion Bär

# Menschen haben, die Beistand leisten

- ▶ **Begleitung**
- ▶ **Zuhören**
- ▶ **Sich-Kümmern**
- ▶ **Trösten**
- ▶ **Aufrichten**
- ▶ **Entlasten**

# Lokale Ausgestaltung von Sorgestrukturen

- **Neues Zusammenspiel zwischen Bürgern, Dienstleistern und Politik**
- **Unter Einschluss der Person mit Demenz: Nicht nur als Sorge-Empfänger, sondern auch als Sorge-Leistender**

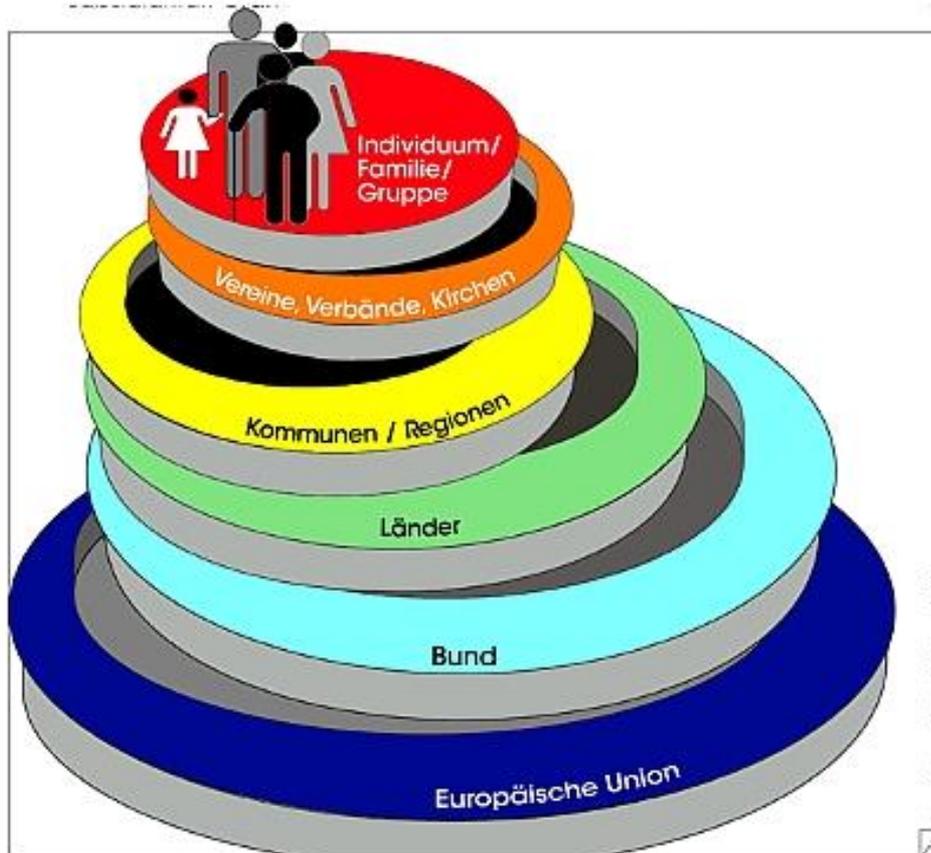
**„Neue Formen der gelingenden Bewirtschaftung des gemeinsamen Lebens – ob in Dörfern, Quartieren, Wohnprojekt oder Nachbarschaften“  
(Klie, 2016)**

# Vier Verantwortungsbezüge der Person

(Kruse, 2016)

- ▶ Selbstverantwortung
- ▶ Mitverantwortung
- ▶ Nachhaltigkeitsverantwortung
- ▶ Schöpfungsverantwortung

# Neue Subsidiarität - Fördernde Rahmenbedingungen schaffen



- ...zur Stärkung von Selbst- und Mitverantwortung und Solidarität
- Gebot der Fairness bei der Aufteilung von Verantwortung
- Heterogenität der Lebenssituationen und soziale Ungleichheit beachten

# Ansatzpunkte für kommunale Initiativen

- ▶ Was sind unsere eigenen Leitbilder?
- ▶ Wo folgen wir überholten Denk-Gewohnheiten?
- ▶ Lokale Bedarfe erkennen
- ▶ Öffentliche Diskurse anstoßen
- ▶ Sozialräume neu wahrnehmen  
und gestalten
- ▶ Bürgerschaftliches Engagement  
fördern und wertschätzen
- ▶ Plattformen für Vernetzung schaffen
- ▶ Aushandlungsprozesse moderieren



Filmvorführung „Honig im  
Kopf“  
Podiums- und  
Publikumsdiskussion





# Es gibt schon viele gute Beispiele!

## Unterwegs zu demenzfreundlichen Kommunen

Eine Initiative der Aktion Demenz e. V.



**Vielen Dank für  
Ihre  
Aufmerksamkeit!**

**concept.alter**  
Dr. Marion Bär

Wissenstransfer - Prozessberatung - Evaluation  
für Altenhilfe und Gesundheitswesen

---

**DR. MARION BÄR**

Erbprinzenstraße 6  
69126 Heidelberg

Tel. +49-(0)176-24751845  
marion.baer@conceptalter.de  
www.conceptalter.de