

Wie kann ich offener über Demenz sprechen und Missverständnisse abbauen?

Was antworte ich, wenn die Nachbarin plötzlich zum dritten Mal dieselbe Frage stellt?

Ruhig, freundlich und ohne Hinweis auf die Wiederholung antworten.

Z. B.: „Das ist eine gute Frage – ich erzähle es dir gern.“ (So bleibt die Würde gewahrt und die Nachbarin fühlt sich nicht blossgestellt.)

Wie gehe ich damit um, wenn ein Vereinskollege im Jass-Club die Regeln vergisst?

Geduldig erklären oder kleine Hilfen geben (z. B. offene Karten auf den Tisch legen). Falls es häufiger vorkommt, im Verein offen ansprechen: „Wir möchten, dass du weiterhin dabei bist – wir passen das Spiel einfach ein wenig an.“

Soll ich jemandem helfen, der im Dorfladen an der Kasse verwirrt wirkt – oder störe ich damit?

Hilfe anbieten, aber nicht aufdrängen: „Darf ich Ihnen kurz helfen?“ Wenn die Person Nein sagt, respektieren. Oft sind schon Ruhe, Geduld und ein freundliches Wort eine grosse Hilfe.

Wie erkläre ich Kindern, dass der «Grossdädi/Grossmami» manchmal Dinge vergisst oder komische Sachen erzählt?

Kindgerecht erklären: „Der Grossdädi hat eine Krankheit, die sein Gedächtnis durcheinanderbringt. er braucht jetzt manchmal mehr Hilfe.“ Kinder dürfen Fragen stellen und sollen ermutigt werden, Geschichten von früher zu hören oder einfache Aufgaben mit den Grosseltern zu machen.

Darf ein Landwirt mit beginnender Demenz noch auf dem Traktor fahren – und wer entscheidet das?

Grundsatz: Sicherheit geht vor. Ärztinnen und Ärzte prüfen die Fahreignung. In der Familie oder im Dorf sollte das Thema frühzeitig offen angesprochen werden – am besten mit dem Hausarzt. Lieber rechtzeitig Lösungen finden (z. B. jüngere Familienmitglieder übernehmen Fahrten).

Wie kann die Kirchgemeinde Demenz offen ansprechen, ohne Betroffene zu beschämen?

Das Thema in Predigten, Gemeindeblättern oder Gesprächskreisen aufgreifen, aber nie über Einzelne sprechen. Formulierungen wie: „Demenz gibt es auch bei uns im Dorf – wir möchten offen darüber reden und einander unterstützen.“ schaffen Raum ohne Stigmatisierung.

Was können wir als Dorf tun, damit Angehörige nicht das Gefühl haben, alles allein tragen zu müssen?

Konkrete Entlastung anbieten:

„Ich gehe morgen einkaufen – darf ich etwas für euch mitbringen?“

„Soll ich einmal die Woche eine Stunde vorbeikommen, damit du frei hast?“

Vereine, Nachbarschaften und Kirchen können kleine Unterstützungsnetzwerke bilden – das entlastet enorm.

👉 **Merksatz:** Aufklärung und Enttabuisierung heisst: Fragen stellen, ehrlich antworten, mit Herz handeln. So entsteht ein Dorfklima, in dem Menschen mit Demenz und ihre Familien nicht am Rand stehen, sondern dazugehören.