

Was kann jeder/e von uns tun, damit betroffene Menschen und Ihre Angehörigen weiterhin im Dorf integriert bleiben.

Menschen mit Demenz sind bei der Diagnosestellung oft noch mitten im Leben, sie haben aber Einschränkungen, die sie beschäftigen können. Gesellschaft, Nachbarschaft, Vereine und Kirchen können entscheidend dazu beitragen, dass Betroffene und ihre Angehörigen weiterhin integriert sind.

Alltag und Selbstständigkeit fördern

- Geduld haben, wenn Dinge länger dauern.
- Hilfen anbieten, ohne zu bevormunden (z. B. „Wollen wir das zusammen machen?“ statt „Das kannst du nicht mehr“).
- Routinen und vertraute Aufgaben ermöglichen (z. B. Gartenarbeit, Vereinsaktivitäten, Kochen).
- Therapeutische Angebote wie Ergotherapie und Logopädie frühzeitig nutzen.
- Kreative Aktivitäten (Musik, Kunst, Bewegung) fördern Selbstwahrnehmung und Wohlbefinden.

Soziale Teilhabe sichern

- Betroffene aktiv zu Anlässen einladen – auch wenn sie unsicher wirken.
- Vereine und Kirchen können niedrigschwellige Angebote schaffen (Musik, Bewegung, Kaffeetreffen).
- Gruppenaktivitäten oder Wanderungen bieten geschützte Begegnungen.
- Spazierbegleitungen durch Nachbarn oder Freiwillige fördern Bewegung und soziale Kontakte.
- Nachbarschaftliche Kontakte stärken: Ein kurzer Schwatz am Gartenzaun bedeutet viel.

Offen und respektvoll kommunizieren

- Klar, freundlich und ohne Hektik sprechen.
- Nicht korrigieren, sondern zuhören und ernst nehmen.
- Die Person bleibt die gleiche – mit Würde, Humor und Lebenserfahrung.

Angehörige stärken und entlasten

- Verständnis zeigen, wenn Angehörige weniger Zeit haben.
- Praktische Hilfe im Alltag anbieten: Fahrdienste, Einkäufe, Begleitung zu Terminen.
- Angehörigengruppen und Gesprächsgruppe für betroffene Menschen ermöglichen Austausch (über 120 Gruppen schweizweit).
- Zugehende Beratung von Alzheimer Obwalden/Nidwalden: Fachpersonen unterstützen bei Fragen und beugen Krisen vor.

Aufklärung und Sensibilisierung

- Informationsabende in den Gemeinden organisieren
- Schulen und Vereine sensibilisieren – Verständnis schon bei Kindern und Jugendlichen fördern.
- Stigmatisierung abbauen: Demenz gehört zum Leben, wie andere Krankheiten auch.
- Öffentliches Bewusstsein stärken, damit Demenz nicht mit „Blödsinn“ verwechselt wird.

Merksatz

Im Anfangsstadium brauchen Menschen mit Demenz keine Sonderbehandlung – sondern eine Gesellschaft, die Geduld, Verständnis und offene Türen hat.