



2016

aktion demenz

2019

**Einblicke in die
Modellgemeinden**

Modellgemeinden und Regionen

Bludenz

Blumenegg

mit Bludesch, Thüringen
und Thüringerberg

Bregenz

Dornbirn

Feldkirch

Hard

Hinterwald

mit Au, Bezau, Bizau, Damüls,
Mellau, Reuthe, Schnepfau,
Schoppernau, Schröcken, Warth

Hohenems

Jagdberg und Göfis

mit Satteins, Schlins, Schnifis,
Röns, Düns und Dünserberg

Kummenberg

mit Altach, Götzis, Mäder und Koblach

Lauterach

Leiblachtal

mit Eichenberg, Hohenweiler,
Hörbranz, Lochau und Möggers

Lustenau

Rankweil

Rheindelta

mit Fußach, Gaißau und Höchst

Wolfurt

Neumarkt im Südtirol

Landesrätin
Katharina Wiesflecker



Demenzfreundliches Vorarlberg

Seit mittlerweile mehr als zehn Jahren verfolgt die Aktion Demenz das Ziel, dass in Vorarlberg Menschen mit einer demenziell bedingten Veränderung am öffentlichen und sozialen Leben teilhaben können. Das „Auffinden“ und Aufzeigen von Alternativen im Alltag der Familien und Institutionen trägt wesentlich zur Verbesserung der Lebensbedingungen von Menschen mit Demenz, aber besonders auch von deren Angehörigen bei. Die öffentliche Teilhabe ist ein wesentlicher Beitrag zur Entlastung im Alltag. Und durch das Sichtbar-Sein, durch das Teilen und Weitergeben von Erfahrungen kann gleichzeitig wiederum mehr Bewusstsein geschaffen werden.

Das Jahr 2019 soll einem oft zu wenig beachteten Thema gewidmet sein: dem Humor in der Pflege. Die Ausstellung der Karikaturen von Peter Gaymann, die zum Welt-Alzheimerstag 2018 im Landhaus zu sehen war, geht auf Wanderschaft. Das gesamte Jahr über werden die Bilder in den Modellgemeinden zu sehen sein, teilweise begleitet von Vorträgen und Weiterbildungen in drei Pflegeheimen, die sich vorgenommen haben, den Alltag etwas humorvoller gestalten zu wollen. Die Aktion Demenz verfolgt verschiedene Wege, um Zugänge für Menschen mit Demenz als aktive Akteurinnen und Akteure zu schaffen, zuletzt mit einem Fotoprojekt. Diese Angebote werden zusehends verstärkt angenommen – etwa bei den Museumsbesuchen, die sich auf immer mehr Häuser erstrecken – inzwischen ist auch die inatura dabei.

Die „demenzfreundliche Gemeinde“ war einer der ersten Arbeitsschwerpunkte der Aktion Demenz. Schon 2008 fanden sich neun Gemeinden, die bereit waren, sich intensiv mit dem Thema Demenz zu befassen. Seither hat sich ihre Zahl deutlich vergrößert, mit den inzwischen 43 Modellgemeinden können über 60 Prozent der Bevölkerung Vorarlbergs erreicht werden. Die Angebote und Impulse sind so unterschiedlich wie die Menschen, für die sie gedacht sind. Wir haben allerdings in Vorarlberg, bedingt durch die räumliche Nähe und durch die vorwiegend ländlichen Strukturen, eine privilegierte Situation – die Vernetzung innerhalb der Projektgruppen funktioniert gut, der Austausch wird gewünscht und gepflegt, Erfahrungen geteilt und die Motivation bleibt auf einem hohen Niveau. Zum Glück, denn die demografische Entwicklung macht auch vor Vorarlberg nicht halt und bedeutet konkret, dass wir uns in Zukunft mit dem Thema Demenz noch intensiver beschäftigen müssen. Durch die Modellgemeinden, die in diesem Bericht vorgestellt werden, kommen diese Impulse auch auf Gemeindeebene an und erreichen die Familien vor Ort. Sie sind die Basis für die Arbeit der Aktion Demenz.

An dieser Stelle möchte ich mich ganz herzlich bedanken für die wertvolle Arbeit der vielen Engagierten – sei es bei der Aktion Demenz, sei es in den Gemeinden, den Institutionen oder in den betroffenen Familien.

Landesrätin Katharina Wiesflecker
Sozialreferentin der Vorarlberger Landesregierung

Jeder Mensch hat etwas zu geben

Damit Menschen, die mit einer demenziellen Veränderung konfrontiert sind, weitgehend selbstbestimmt leben können, braucht es gestärkte Familien und Angehörige, die sich Unterstützung holen, früh und in einem hohen Maß. Selbstbestimmt bedeutet, nicht nur teilzuhaben an einem öffentlichen Leben, sondern auch, im Austausch zu sein und seinen Mitmenschen etwas geben zu können. Jeder Mensch hat den Wunsch und die Fähigkeit, etwas von sich herzuschenken und nach seinen Möglichkeiten eine wichtige Rolle zu spielen.

Diese Haltung steht hinter den Visionen und Zielen der Aktion Demenz – in der Fülle der Projekte, die wir in den letzten Jahren landesweit und auch auf Gemeindeebene umsetzen durften, zeigt sich diese Grundhaltung immer wieder deutlich. Nach einem sehr öffentlichkeitswirksamen Jahr 2016, in dem wir mit einer Ausstellung „Da war doch was!“ im vorarlberg museum viele Menschen und über 300 Schülerinnen und Schüler in die Ausstellungsgestaltung mit eingebunden und dabei eine Vielzahl von Besucherinnen und Besuchern erreicht haben, durften wir in den folgenden Jahren schöne Nebenprodukte ernten. Für das Ausstellungsjahr 2016 gab es eine eigene Publikation, die auf der Webseite der Aktion Demenz zum Download bereit steht – dort erhält man einen umfassenden Einblick in die ungewöhnlichen Aktionen innerhalb und außerhalb des vorarlberg museums, die uns zu großer medialer und öffentlicher Aufmerksamkeit verhalfen.

Museum zum Anfassen

Der Weg von einer stigmatisierten Krankheit hin zu einem aufgeklärten Bild über die Demenz und ihre Herausforderungen ist noch lange nicht gegangen – aber Schritt für Schritt lassen sich ganz langsam Wegstrecken erobern und plötzlich ergeben sich Zusammenhänge, wo zuvor keine waren. Etwa, wenn Institutionen wie das vorarlberg museum, das Kunsthaus Bregenz oder die inatura von sich aus ihre Türen öffnen mit einem speziellen Angebot für Menschen mit Demenz und deren Betreuungspersonen. Diese erleben die Ausstellungen mit Objekten zum Anfassen und sorgsam ausgewählten Themen, der erlebnisreiche Nachmittag führt im Anschluss an die Museumsführung im Workshopraum zu eigenen kreativen Arbeiten. Begleitet werden sie in Bregenz von Stefanie van Felten und in Dornbirn von Barbara Weber, beide ausgebildet im Umgang mit Demenzerkrankten. Oder wenn Kneipp-Vereine



Norbert Schnetzer
Projektleiter
Aktion Demenz

und andere Sportvereine dafür sorgen, dass auch älter werdende Mitglieder „am Ball“ bleiben, selbst wenn sich allmählich eine demenzielle Veränderung zeigt. Oder wenn es gelingt, dass ein landesweites Projekt zur Umsetzung kommt, das die Familien in der heiklen Phase direkt nach der Diagnosestellung mit einem unbürokratischen Angebot auffängt und diese davor bewahrt werden können, in eine Art Schockstarre zu verfallen und sich zurückziehen. Dann glauben wir, dass auch die Sensibilisierungsarbeit der Aktion Demenz, die Informationsveranstaltungen und die gezielten Schulungen unterschiedlichster Art mit dazu beigetragen haben, diese vielen Türen für die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz zu öffnen. Ebenso wichtig ist uns in diesem Zusammenhang, dass nicht nur das Thema, sondern eben auch die wertschätzende Haltung für Menschen mit Demenz dort angekommen sind, wo die Betroffenen und ihre Angehörigen zu erreichen sind.

Demenzfreundliche Gemeinden

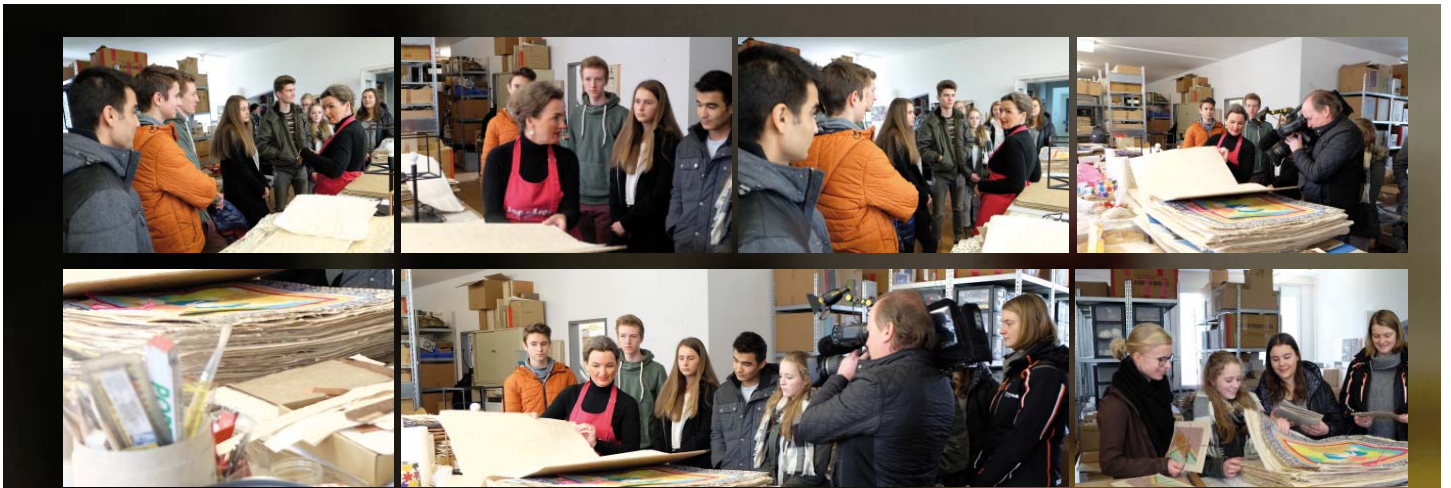
Eine wesentliche Säule unserer Arbeit sind die sogenannten Modellgemeinden, die vor Ort und in der Gemeinde verankert die Ziele der Aktion Demenz tatkräftig unterstützen, mittragen und die landesweiten Projekte umsetzen. Sie sorgen beispielsweise dafür, dass regelmäßige Fachvorträge für die immer wieder neu mit dem Thema Demenz konfrontierten Familien stattfinden. Sie veranstalten Tanznachmittage, Rikscha-Fahrten und Ausflüge in die Museen, um den Menschen mit Demenz gemeinsam mit deren Begleitpersonen einen regelmäßigen Rahmen zu bieten für ein gutes Miteinander. Sie leisten das ganze Jahr



Daniela Egger
Projektmanagement
Aktion Demenz

hindurch Bewusstseinsarbeit vor Ort, etwa indem sie die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Polizei, in den Banken und Geschäften schulen oder die Kinder der Volksschulklassen mit dem Kinderbuch „Mein Opa sitzt in einem Zeitreisemobil“ spielerisch an das Thema heranzuführen. Diese Kinder sind die Erwachsenen von morgen, und je mehr sie unvoreingenommen über Demenz lernen und verstehen, umso einfacher wird ihnen der Umgang mit einem orientierungslosen Großelternanteil fallen. Seit 2015 haben bereits über 5.000 Kinder eine Unterrichtsstunde mit dem „Opa im Zeitreisemobil“ erhalten und ihr Wissen mitsamt dem Kinderbuch nach Hause getragen – wo sie kompetent Auskunft geben können, was in Opa vorgeht, wenn er gerade nicht ansprechbar ist. Demenzfreundliche Gemeinden nehmen alle Generationen in den Blick, auch jene, die weder beruflich noch privat in der Betreuung und Pflege beschäftigt sind.

Für die 43 Modellgemeinden der Aktion Demenz fand im Januar 2019 eine Zukunftswerkstatt mit dem Sozialwissenschaftler Mark Riklin statt. Bereits zum 2. Mal haben wir mit ihm gemeinsam Ideen entwickelt, diesmal mit dem Blick auf die Nachbarschaften. Die Frage, wie ein demenzfreundliches Umfeld auch außerhalb der eigenen vier Wände gestaltet sein kann, damit ältere Menschen mit oder ohne Demenz in Sicherheit leben und sich bewegen können, beschäftigt uns im Jahr 2019 sehr stark. Angeregt von der Aktion Demenz plant die connexia in Kooperation mit dem Vorarlberger Architektur Institut (vai) eine Reihe von fünf Veranstaltungen, die dem Wohnen,



Wahlpflichtfach Kulturmanagement
Gymnasium Schillerstraße Feldkirch
1. März 2016 in der Manufaktur Hagenpur





den Nachbarschaften und der Quartiersentwicklung im Hinblick auf neue Kooperationsformen nachgehen. Diese Veranstaltungsreihe orientiert sich an dem soeben erschienenen „Raumbild Vorarlberg 2030“ des Landes Vorarlberg und greift die wesentlichen Maßnahmen und Strategien auf, die in der Raumplanung erarbeitet wurden. Sie wird bis ins Jahr 2020 reichen, was uns als Aktion Demenz die Möglichkeit gibt, auf Gemeindeebene mit den erarbeiteten Ideen der Zukunftswerkstatt direkt in den Nachbarschaften wichtige Erfahrungen zu machen und neue Impulse zu setzen. Diese gehen sicher über die Anliegen von Menschen mit Demenz hinaus, sorgen aber für eine erhöhte Wahrnehmung auch für Menschen, die zunehmend mehr Unterstützung brauchen, ob als pflegende Angehörige oder Betroffene.

Alles geht so schnell

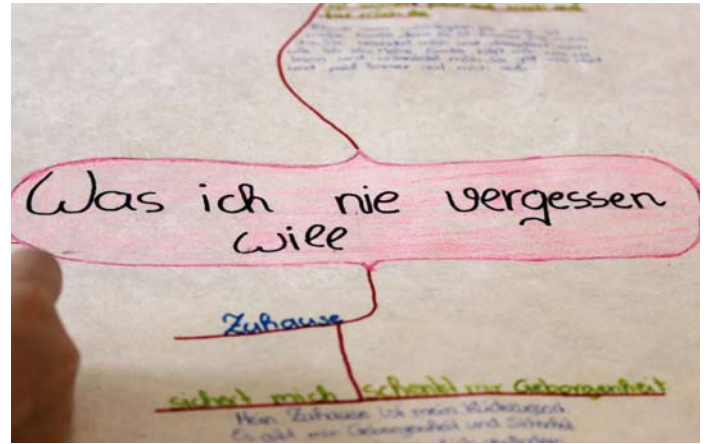
Im Frühjahr 2017 wanderten zwei robuste Kameras durch die Hände von zehn Männern und sieben Frauen, die nichts gemeinsam haben, außer dass sie alle an Demenz erkrankt sind. Sie fotografierten ihren Alltag für die Fotoausstellung „Alles geht so schnell“, die anlässlich des Welt-Alzheimer-tages 2017 im Foyer des Vorarlberger Landhauses zu sehen war. Auch der Titel der Ausstellung stammt von einem der Fotografen, die Wanderausstellung war in zahlreichen Modellgemeinden zu sehen und beendete ihre Reise erst im Januar 2019 im Sozialzentrum Bezau. Im Herbst 2018 zeigte Peter Gaymann zum selben Anlass eine Auswahl seiner Karikaturen über das Thema Demenz, begleitet von einem Vortrag von Marcel Briand, der über seine Erfahrungen als Clown und Pflegedienst-



leiter sprach. Humor in der Pflege berührt eine Lücke, die es noch zu beachten gilt, denn so heikel die schmale Gratwanderung auch ist – der Humor kann im Alltag Wunder bewirken, beklemmende Situationen auflösen und mit einem befreienden Lachen auch die Würde der auf Hilfe angewiesenen Menschen wieder herstellen. Auch diese Ausstellung geht bis Oktober 2019 auf Wanderschaft in die Modellgemeinden der Aktion Demenz und wird dabei sehr viele Menschen auf leichte und charmante Art mit dem Thema Demenz in Berührung bringen. Im Zuge dieser Ausstellungen erhalten die Fachkräfte in drei Pflegeeinrichtungen eine Humor-Schulung mit Marcel Briand. Er wird den ganzen Tag in den Pflegeheimen den Alltag begleiten und situationsbedingt auf humorvolle Weise interagieren, sodass Inspiration und Handwerk gleich den Praxisbezug erhalten.

In Bewegung bleiben

Dass man in jedem Alter passende Formen von Bewegung und auch Gemeinsamkeit pflegen soll ist allgemein bekannt – dass regelmäßige Bewegung auch bei beginnender Demenz sehr positive Auswirkungen hat, darüber berichten Ärzte wie auch Betroffene gleichermaßen. Für viele ist die Vergesslichkeit aber ein Grund, sich rasch aus dem Turnverein oder dem wöchentlichen Gymnastikkurs zurückzuziehen, man wird langsamer, ist schnell überfordert und hat das Gefühl, hinter der Gruppe zurück zu bleiben. Um dieser Entwicklung vorzubeugen, haben wir im Herbst 2017 und im Frühjahr 2018 möglichst viele Sportvereine und Institutionen mit Bewegungsangeboten eingeladen, sich zum Thema Demenz fortzubilden.



Die Referentin Petra Raditsch hat viel Erfahrung in diesem besonderen Bereich der Demenzbetreuung, sie leitet seit Jahren in Stuttgart gleich mehrere Gruppen, die Menschen mit Demenz ganz selbstverständlich inkludieren. Was es braucht, damit dies für alle Beteiligten gelingen kann, darüber referierte sie und brachte aber auch eine ganze Palette von praktischen Übungen mit, die die insgesamt 34 Leiterinnen und Leiter aus unterschiedlichen Sportarten in Vorarlberg gleich selbst ausprobieren konnten.

Mal-Ort nach Arno Stern

Ein weiterer, schöner Erfolg der Sensibilisierungsarbeit ist ein ungewöhnliches Angebot, das in Lustenau, in der Region Hinterwald und in Altach zum Tragen kommt: Im mobilen Mal-Ort nach Arno Stern werden den Menschen mit Demenz Farben und Papier gereicht, es herrscht eine besondere Form des Umgangs innerhalb dieser Stunde und scheint gerade für Menschen, die sich schon weit aus der Gesellschaft zurückgezogen haben,

ideal zu eignen. Mit dem Pinsel ist plötzlich wieder Selbstausdruck und Kommunikation möglich, die unaufgeregte Atmosphäre, das Nicht-Beurteilen der Bilder, das ruhige und konzentrierte Arbeiten ermöglichen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, sich hinzugeben und für eine Stunde ihrem eigenen inneren Bild auf die Spur zu kommen. Dass der mobile Mal-Ort durch die Aktion Demenz in die Pflegeheime kommt, ist etwas Besonderes und zeigt auch die Offenheit, die bei den Verantwortlichen in diesen Institutionen herrscht.

Bewährte Kooperationen

Einige der langjährigen und bewährten Projekte laufen jedes Jahr weiter, etwa die Kooperation mit der Büchereistelle des Landes Vorarlberg, mit deren Unterstützung wir jeweils vier bis fünf Abende mit zwei Referenten gestalten, die zu Lesung und Gespräch einladen. Diese Veranstaltungen bieten den Besucherinnen und Besuchern die Möglichkeit, selbst zu erzählen, Fragen zu stellen und etwas von den Erfahrungen der



beiden Referenten in der Pflege von Menschen mit Demenz mit nach Hause zu nehmen. Weitere Kooperationspartnerschaften sind neben den schon zu Beginn erwähnten Kulturinstitutionen auch die Sicherheitsakademie Vorarlberg, die seit 2016 alle angehenden Polizeimitarbeitenden im Zuge der Grundausbildung zum Thema Demenz schult. Ebenso eine große Anzahl von Gastronomiebetrieben, die seit 2016 immer wieder zu Schwerpunktwochen unsere Tischsets auflegen. Diese regen zu einem Gespräch beim Mittagessen mit Kolleginnen und Kollegen an und helfen so, die Hemmschwelle rund um das Thema Demenz zu nivellieren. Auch die Vitrinen in Feldkirch und Hard, die eine künstlerische Annäherung zum Thema Demenz zeigen, gehören zu den laufenden Projekten. An stark frequentierten Stellen am Harder Seeufer und im Zentrum der Feldkircher Innenstadt erinnern diese an die Anliegen der Aktion Demenz, wechselnde Künstlerinnen und Künstler vom Verein kunst.vorarlberg als Kooperationspartner bespielen die Mini-Kunsträume

mit ihren Arbeiten. Die vielen Aktionen und Kooperationen und Projekte bauen gemeinsam an einem demenz- und menschenfreundlichen Vorarlberg, von dem wir alle profitieren.

Ohne die finanzielle und ideelle Unterstützung des Landes Vorarlberg wären weder die Modellgemeinden noch die Sensibilisierungsarbeit der Aktion Demenz möglich und wir möchten uns an dieser Stelle herzlich dafür bedanken, dass wir jederzeit mit dem Vertrauen der Verantwortlichen seitens der Politik und Verwaltung rechnen dürfen.

Daniela Egger
Projektmanagement

Norbert Schnetzer
Projektleiter

Mag. Martin Hebenstreit
connexia



Mein Opa sitzt in einem Zeitreisemobil
Volksschule, Augasse 2a

Modellgemeinde Bludenz

Projektleitung Melissa Konzett

In Bludenz besteht das Projektteam aus verschiedensten Mitgliedern, die alltäglich mit dem Thema Demenz in Berührung kommen. Zusammen wird jährlich eine Demenzwoche rund um den Welt-Alzheimerstag geplant und verwirklicht. Weiters werden landesweite Aktionen übernommen oder vor Ort Projekte unterstützt. Dadurch wird der Zugang zu Informationen auf verschiedenste Arten für Betroffene oder Angehörige und Interessierte bereitgestellt und das Bewusstsein gestärkt.

2016

Demenzwoche September 2016

Dabeisein und wahrnehmen

Abendmesse zum Thema Demenz mit Stadtpfarrer Pater Adrian in der St. Laurentiuskirche Bludenz.

Vorbeikommen und zuhören

Markus Pastella erzählte „Die Geschichte der alten Frau Bludenz“ in der Innenstadt beim Nepomukbrunnen. Ein Infostand mit Broschüren, Give-aways, Magneten, etc. wurde aufgebaut und Passanten zum Verweilen eingeladen.

Herkommen und informieren

Vortrag „Sicheres Wohnen für Menschen mit Demenz“ von Kornelia Rümmele-Gstrein

Malvorlage:
Mein Opa sitzt in einem Zeitreisemobil



Film: „Vergiss mein nicht!“

Demensch-Kalender

Verteilung der Demensch-Kalender mit den Zeichnungen von Peter Gaymann an alle Essen auf Rädern Bezieherinnen und Bezieher in Bludenz. **DEZEMBER 2016**

2017

Demenzwoche September 2017

Komm vorbei

Abendmessen zum Thema Demenz in der St. Laurentiuskirche mit Stadtpfarrer Pater Adrian und im Sozialzentrum Nüziders.

Bleib dran

Vortrag „Bewegung mit dementen Personen“ mit Dr.ⁱⁿ Birgit Huber, im VAL BLU Resort.

Sei dabei – Welt-Alzheimerntag

Vortrag: „Demenz verstehen“ mit Christian Müller-Hergl. Er vermittelte grundlegende Informationen zum Thema Demenz. Der Buchautor und Wissenschaftler an einer deutschen

Universität versteht es auf einfache Art und Weise, dieses Thema zu erläutern.

Hör zu

Gratis Seh- und Hörtests für Interessierte auf dem Remise Vorplatz mit Hartlauer Optik. Die Einschränkungen durch nachlassendes Seh- und Hörvermögen sind leicht zu verhindern. Parallel wurden kurze Vorträge zu diesen Themen gehalten.

Schau zu

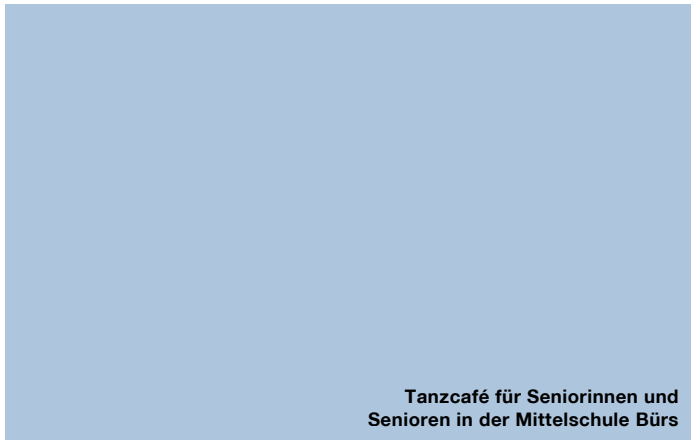
Seniorenvorstellung in der Remise mit dem Film: „Vergiss mein nicht!“, deutscher Dokumentarfilm, 2012. David Sieveking dokumentiert liebevoll und mit zärtlicher Distanz die Alzheimer-Demenz seiner Mutter.

Tischsets

Die Tischsets lagen an verschiedenen Orten auf, ebenso wie die Malvorlage „Mein Opa sitzt in einem Zeitreisemobil“. Auch im Landeskrankenhaus Bludenz wurden die Vorlagen im Speisesaal verteilt. **LAUFEND**



Abendmesse zum Thema
Demenz in der
St. Laurentiuskirche Bludenz



Tanzcafé für Seniorinnen und
Senioren in der Mittelschule Bürs



Vorlage für die heiligen Messen

Eine Vorlage für die heilige Messe „Das Herz wird nicht dement“ wurde für den Welt-Alzheimerstag von der Caritas vorbereitet und bei den heiligen Messen eingesetzt. JUNI 2017

Mein Opa sitzt in einem Zeitreisemobil

Vor den Sommerferien besuchten Vorlesepaten die Schulen im Sozialsprengel und hielten eine Vorlesestunde für und mit den Schülerinnen und Schülern. Mit dabei waren die Volksschulen Bludenz Mitte, Bludenz St. Peter, Bludenz Außerbratz, Bings, Bürserberg und Nüziders. Ebenso dabei war das Montessori Zentrum Oberland. Diese Aktion erreichte insgesamt 213 Kinder, die in einem Kamishibai Erzähltheater mit dem Büchlein „Mein Opa sitzt in einem Zeitreisemobil“ das Thema Demenz kennenlernten. FRÜHJAHR 2017/FRÜHJAHR 2018

2018

Demenzwoche September 2018

Komm vorbei

Heilige Messe in der St. Laurentiuskirche Bludenz, Friedenskirche Bürs, Sozialzentrum Nüziders

Hör zu

Lesung mit Musik im Rathaus Bludenz. Irmgard Mader (Hospizbegleiterin) las aus ihrem Buch „Ich mag Sie, Frau Doktor“. In diesem Buch hat sie Erfahrungen in der Begleitung einer dementen Person niedergeschrieben. Die Lesung wurde musikalisch von Bettina von Siebenthal untermalt, im Anschluss war Zeit für Diskussion.

Sei dabei

Impulsreferat „Kraftquellen und Hilfsangebote“ im Donnschtig-Café im Zäwas. Christiane Huber-Hackspiel referierte eindrucksvoll über die Kraftquellen für betreuende und pflegende

Liebe Hausherrin

Du bist meine Lieblingsmitbewohnerin geworden.
Du öffnest jedes Mal eine Futterbüchse, wenn ich darum bitte.

Du hast Zeit mich zu kraulen, solange ich will.
Du bleibst zu Hause, anstatt wie früher dauernd sinnlos herumzulaufen. Deine Stimme und deine Hände sind sanfter geworden. Ich genieße die neue Zeit mit dir,

deine Katze



Ausflug zum Muttersberg



Angehörige. Anschließend gab es Gespräche an „runden Tischen“ zu folgenden Themen: Tandem-Begleitung von pflegenden Angehörigen (Bildungshaus Batschuns), Spaziergangsbegleiter (Projekt Caritas), LENA – Besuchsdienst (Projekt Caritas) und die gerontopsychiatrische Tagesbetreuung in Nüziders.

Mach mit

Tanzcafé für Seniorinnen und Senioren in der Mittelschule Bürs. In Kooperation mit dem Sozialzentrum Bürs. Ein unbeschwerter Nachmittag bei Kuchen und Kaffee für Menschen mit und ohne Demenz. Für die musikalische Umrahmung sorgte Herbert Egle aus Frastanz. Ein besonderer Dank gilt den Taxitänzern an diesem Nachmittag.

Spaziergangsbegleiterinnen und -begleiter

Unterstützung des Projektes Spaziergangsbegleiterinnen und -begleiter der Caritas. Die Ehrenamtlichen werden in Bludenz ausgebildet und vermittelt. **KURSBEGINN APRIL 2018**

Blumenegg Region

Bludesch, Thüringen und Thüringerberg

Projektleitung Otto Mayr

Die Tätigkeiten in der Region Blumenegg (Thüringen, Bludesch) erreichen auch Menschen aus Thüringerberg, Ludesch, Nüziders und Bludenz.

2018

Vortrag

Eine Veranstaltung unter dem Titel „Demenz – so könnte es kommen ... mit Dr.ⁱⁿ Esther Schnetzer in der Villa Falkenhorst erreichte zahlreiche Interessierte. **SEPTEMBER 2018**



Nikolausfeier im Tagestreff
Sozialsprengel



Ausflug

In Kooperation mit dem Mobilen Hilfsdienst Sozialsprengel Blumenegg machten acht Seniorinnen und Senioren, die an einer Demenz leiden, einen betreuten Ausflug zum Muttersberg, alle genossen die wunderbare Bergluft beim Spazieren und Musizieren. JUNI 2018

Feste im Jahreszyklus

Im Tagestreff Sozialsprengel werden während des Jahres verschiedenste Feste gemeinsam mit Menschen mit Demenz gefeiert, wie etwa Faschingsfeier, Osterfest, Törggelenachmittag, und auch im Dezember eine Nikolausfeier mit dem Besuch des Heiligen Nikolaus.

LAUFEND

Modellgemeinde Bregenz

Projektleitung Peter Weiskopf

In Bregenz ist die Aktion Demenz mit verschiedenen Angeboten präsent. Bei spezifischen Anfragen wird natürlich stets auch zum kontinuierlichen Angebot „Case Management“ vermittelt. Die kostenlosen Demenzsprechstunden mit Dr.ⁱⁿ Ingrid Fend sind ein wichtiger Bestandteil für die fachliche Angebotspalette. Etabliert ist die Zusammenarbeit mit der Gastronomie, hier wird jedes Jahr um den „Welt-Alzheimerstag“ im September eine Schwerpunktwoche durchgeführt. Mit Tischsets und Informationsfoldern werden rund 2.500 Personen erreicht, die so Informationen zum Thema erhalten und die über andere Wege wohl viel schwerer erreichbar wären.

Mit den „Demensch-Karikaturen“ von Peter Gaymann wurde im öffentlichen Raum ein Highlight gesetzt, an dessen Fortsetzung wir arbeiten.



Nach mehreren Anläufen begann Anfang 2018 die Zusammenarbeit mit den Bregenzer Volksschulen und dem Projekt „Mein Opa sitzt in einem Zeitreisemobil“.

Aktionswoche mit der Gastronomie

Rund 20 Gastronomiebetriebe beteiligen sich seit 2016 jedes Jahr an den „Tischsets“. Diese werden mit Flyern während der Schwerpunktwoche aufgelegt, seit 2017 stehen auch Malvorlagen und Buntstifte für Kinder zur Verfügung. Rund 2.500 Personen kommen so in dieser Woche mit dem Thema in Berührung.

Spaziergängerinnen

Die Spaziergängerinnen sind jede Woche mit jeweils einem Menschen mit Demenz unterwegs. Das ehrenamtliche Spaziergänger-Projekt wird organisiert und begleitet von der Caritas.

Angehörigengruppe

Die Angehörigengruppe „Leben mit dem Vergessen – reden wir darüber“ trifft sich

„Demensch-Karikaturen“ von Peter Gaymann
im Hafenbereich in Bregenz

regelmäßig. Jeden 1. und 3. Montag im Monat, Lebensraum Bregenz.

Demenzsprechstunde

Kostenlose Demenzsprechstunde mit Dr.ⁱⁿ Ingrid Fend, nach Terminvereinbarung 1 bis 2 Nachmittage im Monat, immer am Donnerstag, Stadtteilzentrum Mariahilf.

Case Management Sprechstunde

Jeden Mittwoch 9 bis 10 Uhr, Stadtteilzentrum Mariahilf.

2016

Vorträge

Autofahren im Alter bei gesundheitlicher Einschränkung und Demenz

Das Aufgeben des Autofahrens bedeutet einen großen Einschnitt in Mobilität und Unabhängigkeit. Die selbstbestimmte Lebensführung wird eingeschränkt. Dies betrifft sowohl die Menschen mit gesundheitlicher Einschränkung



als auch Angehörige und Begleitpersonen. Referent: Thomas Monitzer, Validationsanwender
FEBRUAR 2016

Testament – Erben und Schenken

Eine geregelte Vermögensübergabe erspart Streitigkeiten, viel Aufwand, Mühe und Geld. Für eine geplante Vermögensnachfolge stellen sich regelmäßig Fragen. Referat: Notariat Mag. Huber-Sannwald und Dr. Gächter.

SEPTEMBER 2016

Demenzkrankungen und Vorbeugungsmöglichkeiten

Referent: Dr. Josef Bachmann. Demenzerkrankungen vom Alzheimerstyp und gemischte Demenzen sind eine Epidemie des 21. Jahrhunderts. Bis heute gibt es keine Behandlung, mit der diese Erkrankungen geheilt werden könnten. Umso wichtiger ist es, die Möglichkeiten der Vorbeugung zu nutzen. Diese sind derzeit wesentlich größer als die Behandlungsmög-

lichkeiten mit Medikamenten. **SEPTEMBER UND OKTOBER 2016. AUF GRUND DES GROSSEN INTERESSES WURDE DER VORTRAG 2 MAL ANGEBOTEN.**

Tanzcafé für Seniorinnen und Senioren mit Live-Musik

Die „Hard Beats“ spielen Tanz- und Unterhaltungsmusik und führen mit bekannten Hits und Ohrwürmern durch den Nachmittag. Dank der Kooperation mit Lustenau konnten wir hier drei Tanznachmittage für die Bregenzer Seniorinnen und Senioren in Lustenau anbieten.

MÄRZ, APRIL, MAI

2017

Vorträge Innehalten, vom Wert der Langsamkeit und der Pausen

Referent: Dr. Franz Josef Köb. Das Gefühl, keine oder zu wenig Zeit zu haben, ist weit verbreitet. Dementsprechend erfahren wir eine



Karikaturen von Peter Gaymann



rasante Zunahme an Belastungen, die uns krank machen – Stichwort Burn-out. Lebensraum Bregenz, im Rahmen unserer Vortragsreihe „Pflege daheim“. **IN KOOPERATION MIT DEM BILDUNGSCHAUS BATSCHUNS, MÄRZ 2017**

Wenn die Vergangenheit krank macht

Referent: Armin Devich, Physiotherapeut. Wie unser Überlebenssystem die Ereignisse in unserem Leben verarbeitet und wie es aufgrund von Störungen zu Erkrankungen kommen kann. **IN KOOPERATION MIT DEM BILDUNGSCHAUS BATSCHUNS, SEPTEMBER 2017**

Der Weg des Vergessens

Referent: Dipl.-Theol., BPhil Christian Müller-Hergl. Die Diagnose Demenz stellt Angehörige und Fachpersonal, meist auch die Menschen in der Nachbarschaft vor offene Fragen. Der Referent informiert umfassend über Symptome, Behandlungsmöglichkeiten und Hilfe für Betroffene und deren Angehörige. **OKTOBER 2017**

2018

Erbrecht und Vorsorgevollmacht – neue Regelungen

Mit 1.1.2017 sind wichtige Änderungen im Erbrecht eingetreten. Der Vortrag behandelt die wichtigsten Neuerungen in den Bereichen gesetzliches Erbrecht, testamentarische Formvorschriften, Pflegevermächtnis, Anrechnung von Schenkungen, Änderungen im Pflichtteilsrecht, etc. und veranschaulicht an Fallbeispielen die Relevanz in der notariellen Praxis. Weiters wird die Vorsorgevollmacht erläutert. Dabei wird auch auf das mit 1.7.2018 in Kraft tretende Erwachsenenschutzrecht Bezug genommen, welches die Sachwalterschaft ablöst. Referat: Notariat Mag. Huber-Sannwald und Dr. Gächter. **IN KOOPERATION MIT DEM BILDUNGSCHAUS BATSCHUNS, SEPTEMBER 2018**



Das Herz wird nicht dement

Gefühle

aktion demenz

Ich
Ich möchte ernst genommen werden.

bin
Lass mich so viel wie möglich selbst entscheiden.

immer
Ich will gefragt werden.

noch
Ich brauche Wegbegleiter, die geduldig sind mit mir.

ich.

www.aktion-demenz.at



Poetry Slam, „Vorarlberger Spätlese“

Poetry Slam „Je ne regrette rien – ich bereue nichts“

Die Uraufführung des Poetry Slams nach einem Text von Sara Bonetti wurde von der Seniorentheatergruppe „Vorarlberger Spätlese“ präsentiert. Er orientiert sich an einer wahren Geschichte. **SEPTEMBER UND NOVEMBER 2018**

„Unerfüllte Sehnsucht ... oder der Traum von ewiger Jugend“

Kurzdrama mit der „Vorarlberger Spätlese“ über Alkohol und Demenz als große Herausforderung an unsere Gesellschaft für die Zukunft. **URAUFFÜHRUNG IM SEPTEMBER 2018**

„... es häuft sich in mir der Irrgarten“ an.

Lesung und Gespräch zum Thema Demenz im Theater Kosmos, mit Armin Weber und Norbert Schnetzer. Eine Kooperation auf Grund des damals aktuellen Stücks im Theater Kosmos („Der Mann, der die Welt aß“), bei dem Demenz eine „Hauptrolle“ spielte. **DEZEMBER 2018**

Modellgemeinde Dornbirn

Projektleitung Sonja Kellmann

Jeweils im Frühling und im Herbst finden in Zusammenarbeit mit dem Bildungshaus Batschuns zwei Vorträge statt.

Vorsorgevollmacht, Angehörigenvertretung, Sachwalterschaft. **APRIL 2016**

ACT Impulse für Menschen in herausfordernden Lebenssituationen. **MAI 2016**

Menschen mit Demenz besser verstehen. **SEPTEMBER 2016**

Finanzierung von häuslicher Pflege und Heimaufenthalt. **OKTOBER 2016**

Schenkung, Erbschaft und Testament **MÄRZ 2017**



Menschen mit Demenz besser verstehen.

MÄRZ 2017

24-Stunden-Betreuung zu Hause – Orientierungshilfen und Informationen zu finanziellen Unterstützungen für pflegende Angehörige.

OKTOBER 2017

Demenzerkrankungen und Vorbeugungsmöglichkeiten. **NOVEMBER 2017**

Depressionen im Alter. **MÄRZ 2018**

Seelische Belastung im Pflegefall: Was schafft Erleichterung? **APRIL 2018**

Infos zu Pflegemodellen und finanziellen Förderungsmöglichkeiten. **OKTOBER 2018**

Spaziergängerinnen als Begleiter für Menschen mit Demenz

Dieses Projekt wird in Kooperation mit der Caritas Vorarlberg umgesetzt. In Dornbirn gibt es derzeit vier Spaziergängerinnen.

Fit und aktiv im Alter

Kulturvermittlung für Menschen mit Demenz

Das Kunsthhaus Bregenz, das vorarlberg museum und die inatura laden in Kooperation mit der Aktion Demenz Menschen mit Demenz und deren Angehörige zum Besuch der Ausstellungen ein, mit anschließendem kreativen Arbeiten. **2016 KAMEN IN DORNBIERN DREI GRUPPEN ZUSTANDE; 2017 NAHMEN ZWEI GRUPPEN DARAN TEIL; 2018 MACHTEN SICH EBENFALLS ZWEI GRUPPEN AUF DEN WEG**

Fit und aktiv im Alter

In Zusammenarbeit mit „Sicheres Vorarlberg“ und dem Kneipp-Aktiv-Club fanden mehrere Einheiten der Bewegungsgruppe am Treffpunkt an der Ach statt. Hierbei sollen das soziale Miteinander gefördert und ein geistiges und motorisches Training erreicht werden. **DIE EINHEITEN FANDEN JEWEILS IM JULI UND AUGUST 2016, 2017 UND 2018 WÖCHENTLICH STATT.**



Soziales Kochen
Jung trifft Alt in der Küche

Alles geht so schnell

Teilnahme an einem Fotoprojekt „Menschen mit Demenz fotografieren ihren Alltag“, die Fotos wurden im Rahmen einer Ausstellung im Landhaus zum Welt-Alzheimerstag präsentiert.

SEPTEMBER 2017

Rikscha „Radeln ohne Alter“

Radeln ohne Alter lädt Menschen mit mobilen Einschränkungen dazu ein, die Umgebung, in welcher sie leben, hautnah während einer Fahrt mit der Rikscha zu entdecken. Das Ziel wird gemeinsam vereinbart, das Anhalten, um mit Freunden, Jahrgängern etc. Gespräche zu führen, gehört ebenfalls dazu. So können auch Menschen mit Demenz wieder vermehrt am sozialen Geschehen teilnehmen. Die Rikscha ist 2018 bisher 154 Mal ausgefahren und hat 2.400 Kilometer zurückgelegt.

Jung trifft alt – Genuss mit allen Sinnen

Das Schulprojekt mit Schülerinnen der Fachschule für wirtschaftliche Berufe in Dornbirn

Haselstauden hat sich intensiv mit dem Thema Alter, insbesondere Demenz beschäftigt. Höhepunkt und zugleich Abschluss des Projekts waren zwei Nachmittage mit Dornbirner Seniorinnen und Senioren im Pfarrsaal Schoren. Während des gesamten Schuljahres wurden die Schülerinnen mit Fachvorträgen im Rathaus und einem Workshop speziell auf den wertschätzenden Umgang mit Menschen mit Demenz vorbereitet. **APRIL 2018**

Malvorlage

22 Restaurants in Dornbirn zeigten großes Interesse an den Malvorlagen der Aktion Demenz „Mein Opa sitzt in einem Zeitreisemobil“.

FRÜHLING 2018

Marktstand

Information und Beratung zu Angeboten und Unterstützungsmöglichkeiten im Bereich Pflege, Betreuung und Demenz sowie Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige.

MARKTSTAND AM 4. JUNI 2016, 29. APRIL 2017 UND 5. MAI 2018



Marktstand in Dornbirn



Welt-Alzheimerstag in Feldkirch

Demenzsprechstunde im Treffpunkt an der Ach

Betroffene, pflegende Angehörige und Betreuende können sich kostenlos von Dr. Andreas Gruber, Facharzt für Psychiatrie, über den Umgang mit Menschen mit Demenz beraten lassen. Die Sprechstunde findet einmal im Monat jeweils ab 14 Uhr nach Voranmeldung statt.

Öffentlichkeitsarbeit

Regelmäßig werden im Gemeindeblatt die Veranstaltungen und Aktionen angekündigt und darüber berichtet (Artikelreihe über Demenz, Bericht über das „Tandem“, Bilder von den Postern vom Welt-Alzheimerstag, wie z.B. „Denksch du für mi?“). Öffentlichkeitsarbeit findet auch auf der Homepage der Stadt, in der Seniorenzeitung Stubat, durch Dreieckschilder im Rathaus und Werbung im Stadtbuss statt. Der Folder „Demenz-Information und Unterstützung“ wurde neu aufgelegt.

Modellgemeinde Feldkirch

Projektleitung Elke Obmann-Eder

Vorträge

Zwei Mal jährlich werden der interessierten Öffentlichkeit und vor allem Angehörigen Vorträge angeboten, in denen Themen besprochen werden, die von technischen Innovationen bis zur Burn-out-Prophylaxe einen breiten Bereich umfassen. **LAUFEND**

Schulungen

Besuchsdienste, Lesepatinnen und Lesepaten, Krankenpflegeschülerinnen und -schüler werden unter anderem im Umgang mit an Demenz erkrankten Menschen geschult.

FRÜHJAHR/HERBST 2016, 2017 UND 2018

Exkursionen

Fachkräfte aus anderen Bundesländern informieren sich bei uns über unsere Herangehensweise zum Thema Demenz. **2017 UND 2018**





**Kunst und Demenz in der Unterführung
der Feldkircher Bärenkreuzung**



Demenzsprechstunde

Einmal im Monat steht Betroffenen und Angehörigen eine Fachärztin für Psychiatrie für Fragen zur Verfügung. **2016, 2017 UND 2018**

Kunst und Demenz

In der Unterführung der Feldkircher Bärenkreuzung werden drei Vitrinen regelmäßig von Künstlerinnen und Künstlern gestaltet, die sich mit dem Thema Demenz auseinandersetzen.

LAUFEND

Marktstand

Zum Welt-Alzheimerstag suchen wir mit den Besucherinnen und Besuchern der Feldkircher Innenstadt das Gespräch und teilen Informationsmaterial aus. **SEPTEMBER 2016 UND 2017**

„i han vrgessa – Fit im Kopf“

Das Trainingsangebot „Fitness im Kopf“ für Menschen mit beginnender Demenz wird weitergeführt. **FRÜHJAHR UND HERBST 2016, 2017 UND 2018**

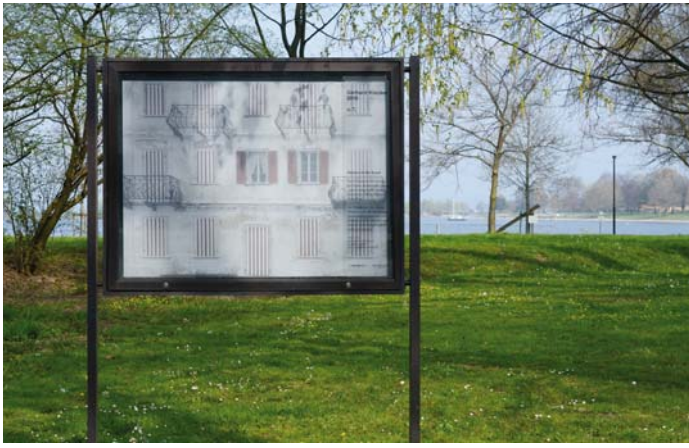
Modellgemeinde Hard

Projektleitung Alwin Ender

In Hard haben wir relativ bescheiden die Aktion Demenz weiter geführt. Besonders wichtig ist die Selbsthilfegruppe, die sich an die Angehörigen von Menschen mit Demenz richtet. Von anderen betroffenen Personen zu erfahren, wie sie mit bestimmten Situationen umgehen und welche Lösungen gefunden werden, hilft im Alltag weiter.

Die Schautafel im Stedepark wird regelmäßig von Künstlern und Künstlerinnen gestaltet. Es kommen viele Besucher und Besucherinnen an das Bodenseeufer und die ausgestellten Kunstobjekte machen im Stillen auf die Aktion Demenz und deren Inhalte aufmerksam.

LAUFEND



Mini-Kunstraum
am Harder Seeufer



Mit sieben Klassen der Volksschule Markt wurde eine Doppelstunde zum Thema Demenz gestaltet. Unter anderem mit dem Buch „Mein Opa sitzt im Zeitreisemobil“ führten die Pädagoginnen Gespräche mit den Kindern und behandelten das Thema Demenz. Diese Form der Vermittlung ist ein guter Multiplikator zu Gesprächen in der Familie. **ERSTES HALBJAHR 2018**

Nur wer die Vergangenheit kennt, hat eine Zukunft

Referent: Wilfried Feurstein
Erlebnisse, Eindrücke, Kindheitserfahrungen haben einen großen Einfluss auf das Verhalten von jedem Menschen. **MAI 2018**

Ausblick 2019

- Die bewährten Projekte führen wir weiter
- Besuch der Volksschule Mittelweiherburg
- Im Laufe des kommenden Jahres wird die Projektkoordination von Alwin Ender zu Cornelia Reibnegger übergehen. Weitere Projektideen werden danach in der Projektgruppe diskutiert.

Modellgemeinde Hinterwald

Au, Bezau, Bizau, Damüls, Mellau, Reuthe, Schnepfau, Schoppertau, Schröcken, Warth

Projektleitung Anneliese Natter

Der hintere Bregenzerwald ist seit Herbst 2016 eine Modellregion. Die Arbeitsgruppe hat sich zum Auftakt das Ziel gesetzt, der gesamten Bevölkerung ein Bild über die Arbeit der Aktion Demenz zu geben. Abgestimmt auf bereits bestehende Angebote in der Region wird durch verschiedene Formate auf das Thema aufmerksam gemacht. In der Startphase haben uns zwei Schülerinnen der Bezauer Wirtschaftsschulen, die sich in ihrem Maturaprojekt mit dem Thema Demenz auseinandergesetzt haben, tatkräftig unterstützt. Die Aktion Demenz im Hinterwald hat dadurch eine Homepage erhalten, die neben aktuellen Informationen auch als Chronik dient. www.aktion-demenz-hinterwald.at

Mein Name ist nicht Klaus!

„Die Oma weiß meinen Namen nicht mehr!
Obwohl ich ihn immer wieder laut wiederhole, vergisst sie ihn. Was ist los mit ihr?“

Peter N., 9 Jahre alt

Liebe Frau

Seit der Diagnose Demenz ist vieles klarer.
Du kennst mich nicht mehr, aber du bist immer noch meine Frau. Du liebst deine Gartenarbeit, aber du vergisst, dir vorher die Schuhe anzuziehen. Wenn ich dich frage, was du gerne tun möchtest, bekomme ich oft keine Antwort. Ich bin manchmal müde, dir alles wiederholt zu erklären, immer dieselben Tätigkeiten zu beobachten. Ich verstehe deine Angst, und ich bin gerne für dich da, jeden Tag. Aber ich vermisse unser Leben von früher,

dein Mann

2016

Auftaktveranstaltung Filmfrühstück

mit dem Film „Honig im Kopf“ im Fechtig-Hus in Bizau. **SEPTEMBER 2016**

Tanzcafé in Reuthe

Musik und Tanz berühren das Herz! „Beim Tanzen bzw. beim Erlernen neuer Tänze muss man ständig über die Schritte, Choreographien und Drehungen nachdenken und in kürzester Zeit Entscheidungen treffen – ein perfektes Training fürs Gehirn“, Zitat aus einer Fachzeitschrift. **FÜNF EINHEITEN IM SEPTEMBER 2016**

Tischsets „Das Herz wird nicht dement“

Es wurden 2000 Stück in den verschiedensten Lokalen in der Region aufgelegt. **SEPTEMBER 2016**

Plakat-Aktion

Die landesweiten Plakate „Acht Fragen und Aussagen von Menschen mit Demenz“ waren in allen Gemeinden an den verschiedensten Orten zu sehen. **SEPTEMBER, OKTOBER 2016**

Vortrag

Verwirrte und alte Menschen mit der Kommunikationsmethode „Validation“ besser verstehen“, mit Norbert Schnetzer. In Zusammenarbeit mit dem Krankenpflegeverein Mellau und der Vortragsreihe „Pflege im Gespräch“. **OKTOBER 2016**

Workshop

Zwei Validations-Workshops mit Wilfried Feuerstein. **OKTOBER 2016**

Lesung

Arno Geiger liest aus seinem Buch „Der alte König in seinem Exil“. **OKTOBER 2016**



**Junge Demenz-Expertinnen und -Experten
mit ihrem Zertifikat**



**Theaterprojekt:
„Oma und Opa im Demenzchaos“**

2017

Drei Projekte in Zusammenarbeit mit den Schulen in der Region im Schuljahr 2016/2017

Projektwoche in den Bezauer Wirtschaftsschulen

Zwölf Schülerinnen der Wirtschaftsschulen Bezau haben sich in der Projektwoche die Aufgabe gestellt, das Thema Demenz bildlich, filmisch, musikalisch und theatralisch aufzuarbeiten. Das Ergebnis haben sie unter der Leitung von Josef Anton Meusburger in den Volksschulen in Reuthe und in Bizau sowie im Sozialzentrum in Bezau präsentiert. **FEBRUAR 2017**

Workshop

„Mein Opa sitzt in einem Zeitreisemobil“ – Workshop mit der Illustratorin und Pädagogin Monika Hehle für Pädagoginnen und Pädagogen der Volksschulen aus der Region. Das Thema Demenz wurde im Unterricht aufgearbeitet. **FEBRUAR 2017**

Theater

Die Schülerinnen und Schüler der dritten und vierten Klasse der Volksschule Reuthe haben sich im Unterricht mit der Pädagogin Brigitte Fink ausführlich mit dem Thema Demenz beschäftigt. Entstanden ist dabei das Theaterstück „Oma und Opa im Demenzchaos“, das mit Musik von Florian Winsauer untermalt wurde. Alle dritten und vierten Klassen der Volksschulen sowie weitere 300 Personen haben das Theaterstück gesehen. **MÄRZ 2017**

„Alles geht so schnell“

Fünf Personen aus der Region haben an dem Ausstellungsprojekt teilgenommen und ihren Alltag fotografiert. Diese Ausstellung wurde im September 2017 zum Welt-Alzheimerstag 2017 im Foyer der Landesregierung präsentiert.

SOMMER 2017

Workshop

Validations-Workshop mit Wilfried Feuerstein in Zusammenarbeit mit der Vortragsreihe „Pflege im Gespräch“. **SEPTEMBER 2017**



Frühstück

mit dem Thema „Wohnen im Alter“ in Zusammenarbeit mit dem ifs. **OKTOBER 2017**

Schulungen

Menschen mit Demenz richtig begegnen

Schulung für die Ehrenamtlichen der Blaulichtorganisationen, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Bankensektor und in der Lebensmittelbranche. **OKTOBER 2017**

Mal-Ort nach Arno Stern

Im Haus St. Josef in Au nehmen regelmäßig bis zu sechs Personen an diesem Angebot teil. Die Freude am Malen ist groß und voller Stolz werden die Bilder auch hergezeigt.

AB NOVEMBER 2017



Mal-Ort nach Arno Stern

2018

Kabarett

Der aus Salzburg stammende Kabarettist Ingo Vogl ist mit seinem Programm „G’sundheit aus der Vogelperspektive – psychische Gesundheit und Demenz“ in den Wirtschaftsschulen in Bezau zu Gast. Als selbst Betroffener, auch in seiner Familie gibt es an Demenz erkrankte Personen, hat er diese anspruchsvollen Themen humorvoll und ästhetisch aufgearbeitet. **MÄRZ 2018**

Zeitschrift „Die Gipfelstürmer“

Die vierte Klasse der Volksschule Mellau mit der Pädagogin Luzia Gmeiner hat die Zeitschrift „Die Gipfelstürmer“ zum Thema Demenz gestaltet. **AUSGABE APRIL 2018**

Frühstück

mit einem spirituellen Input zum Thema Demenz im Sicherheitszentrum in Bezau.

Referent: Pfarrer Mag. Edwin Matt. **MAI 2018**



Workshop „Wie kann ich den alternden Menschen besser verstehen“

Workshop zum Thema Validation mit Norbert Schnetzer im Gemeindesaal Mellau.

NOVEMBER 2018

Lesung und Gespräch

„... es häuft sich in mir der Irrgarten an“ in Zusammenarbeit mit der Bibliothek Schnepfau. Die Lesung vom Armin Weber beginnt mit Gedichten von Betroffenen und von Pflegekräften. Diese leiten über zu einem Text zum Thema Rituale. **NOVEMBER 2018**

Tanzcafé

Musik und Tanz berühren das Herz, das Erlernen neuer Tänze und soziale Kontakte stehen im Mittelpunkt an diesen fünf Nachmittagen.

OKTOBER 2018

Vernissage „Alles geht so schnell“

im Sozialzentrum Bezau-Mellau-Reuthe mit Dr. Albert Lingg und Daniela Egger.

NOVEMBER, DEZEMBER 2018

Ausblick 2019

- Im Jänner und Februar werden die Karikaturen aus der Feder von Peter Gaymann im Sozialzentrum St. Josef in Au zu sehen sein und von März bis April im Sozialzentrum Bezau-Mellau-Reuthe.
- Der Mal-Ort nach Arno Stern wird auch im Josefsheim in Bizau für Menschen mit Demenz implementiert.
- Ein großes Projekt 2019 wird wiederum die Zusammenarbeit mit den Schulen in der Region sein.
- Ein Frühstück in der Gemeinde Schröcken in Zusammenarbeit mit dem ifs ist schon geplant.
- Gerne nehmen wir auch landesweite Angebote in unsere Planungen mit auf.
- Bei Vorträgen wird auf die Planungen in den Gemeinden Rücksicht genommen.



Transparente bei den Unterführungen

Modellgemeinde Hohenems

Projektleitung Sabine Aberer

2016

Vorträge

Finanzierung von häuslicher Pflege und Heimaufenthalt

Vortrag von Alexander Alge, Bezirkshauptmannschaft Dornbirn zum Thema „Finanzierung von häuslicher Pflege bzw. Heimaufenthalt“. **FEBRUAR 2016**

Begleitung und Betreuung alter Menschen, Kommunikation und Konfliktlösung

Vortrag von Mag.^a Hemma Tschofen
Wenn ein Familienmitglied erkrankt, ist das für die ganze Familie eine große Veränderung. Das gesamte Familiensystem ist davon betroffen und belastet.

Welche Konfliktpotenziale auf Familien in Pflegesituationen zukommen können, welche Belastungen für die Betroffenen entstehen und welche Lösungsansätze für die Gepflegten und die Pflegenden hilfreich sein können, waren Themen des Abends. **MAI 2016**

Umgang mit dementen Personen

Vortrag von Wilfried Feurstein darüber, was Menschen mit Demenz brauchen, damit sie sich verstanden fühlen und was ihre Betreuenden wissen sollten, um den Alltag etwas leichter zu meistern. **NOVEMBER 2016**

Life Kinetik – Generation 65+

Kursleitung: Physiotherapeutin und Life Kinetik Trainerin Isabelle Naumann, Bäumler Park Hohenems. Life Kinetik ist eine Kombination aus Gedächtnis- und Bewegungstraining, verbessert die Gedächtnisleistung, fördert die Selbständigkeit und verzögert demenzielle Symptome. **SECHS EINHEITEN, APRIL 2016**



2017

Vorträge

Menschen mit Demenz im Alltag begleiten

Vortrag mit Cornelia Rümmele-Gstrein: Wie kann ich meine(n) Mutter/Vater mit einer Demenzerkrankung begleiten, um mit ihr/ihm noch eine „glückliche Spanne Zeit“ zu verbringen? Wie kann hier das Zusammenleben, die Begleitung, Pflege und Betreuung besser gelingen? Wie kann die/der Erkrankte trotz seiner Beeinträchtigung unterstützt werden, sodass er weiter kommunizieren, Beziehungen pflegen und sich gesellschaftlich eingebunden fühlen kann? **MAI 2017**

Informationen zum Thema Rufhilfe

Vortrag: Ein Vertreter des Österreichischen Roten Kreuzes informierte über die Rufhilfe. **MAI 2017**

Umgang mit psychischen Störungen

Vortrag mit Dr. Albert Lingg: In der Betreuung von psychisch in Krisen oder Krankheit gefangenen Menschen ergeben sich viele herausfordernde Probleme, auf die im Übersichts-Referat, vor allem jedoch in den von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern eingebrachten Beispielen, eingegangen wurde.

OKTOBER 2017

2018

Vorträge

Alzheimer, Demenz: Medizinisches Drama oder menschliche Herausforderung?

Vortrag mit Wilfried Feurstein: Was versteht man unter Alzheimer und was ist der Unterschied zur Demenz? Was ist der Unterschied von akut verwirrt und Demenz? Was sollten wir über das Leben wissen, um einem Drama vorzubeugen? **JUNI 2018**



Validation: Eine Kommunikationsmethode mit verwirrten alten Menschen

Vortrag mit Norbert Schnetzer: Dieser Vortrag macht Mut, sich auf eine andere Form des zwischenmenschlichen Austausches einzulassen – mit der Kommunikationsmethode „Validation“.

OKTOBER 2018

Braucht es Vertretung? Angehörigenvertretung, Sachwalterschaft und Vorsorgevollmacht

Vortrag mit Günter Nägele, ifs
Im Vortrag werden die neuen, unterschiedlichen Formen der gesetzlichen Vertretung vorgestellt. In der anschließenden Diskussion besteht die Möglichkeit, auf konkrete Fragen einzugehen. **NOVEMBER 2018**

Projektpräsentation im Rahmen des Familie-plus Festes – für ein Miteinander der Generationen

Festveranstaltung in der Volksschule Herrenried mit über 300 Teilnehmerinnen und Teilnehmern.

Neben Kinder- und Familienangeboten stehen auch Informationen über die sozialen Serviceeinrichtungen sowie die Aktion Demenz zur Verfügung. Gegenstände von der Demenzgruppe „Werken für Männer“ werden verkauft.

NOVEMBER 2018

Laufende Veranstaltungen 2016 bis 2018

Jassnachmittag für Seniorinnen und Senioren

Die Stadt Hohenems lädt in Zusammenarbeit mit dem Katholischen Arbeiterverein jassbegeisterte Männer und Frauen zum wöchentlichen Seniorenjassen ein. Das Jassen – beliebtes Vorarlberger Kulturgut – verbindet Denksport mit Unterhaltung und Geselligkeit.

JEDEN MITTWOCH, VON 14 BIS 18 UHR

Gemeinsames Stricken

Etwa 15 Frauen treffen sich zu einem Stricknachmittag, wo Kappen, Handschuhe, Socken etc. angefertigt werden.



Werkraum für Männer



Es wird auch für die Frühchen und Sternenkinder in den umliegenden Krankenhäusern gestrickt und gehäkelt. Die Produkte werden dann an bedürftige Familien verschenkt.

JEDEN FREITAG, AB 14 UHR

Gemeinsames Singen

Die Gruppe beschäftigt sich vorwiegend mit älteren Liedern, die nicht in Vergessenheit geraten sollen. Auch Leute, die an Demenz leiden, sind immer wieder mit dabei, denen der Nachmittag große Freude bereitet und ihren Alltag würdevoll ergänzt. Singen heilt Körper und Seele, entspannt und macht glücklich.

JEDEN DIENSTAG, AB 14 UHR

Werkraum für Männer

Arbeiten mit Holz unter ehrenamtlicher Anleitung. Gemeinsam wird mit verschiedensten Materialien wie Holz, Steinen oder Beton gearbeitet. Es wird gesägt, geschliffen und gemalt, wodurch – je nach Jahreszeit – verschiedenste Dekorationsartikel entstehen.

Ziel der Aktion ist es, einen gemütlichen und kreativen Nachmittag mit viel Spaß und Humor zu erleben und gleichzeitig die Gedächtnisleistung zu fördern. **JEDEN DONNERSTAG, VON 14 BIS 17 UHR**

Wochenmarkt

Zum Welt-Alzheimerstag informiert das Team von „Aktion Demenz“ beim Wochenmarkt über die Angebote und sozialen Serviceeinrichtungen der Stadt Hohenems.

Plakat-Aktion

Im Frühjahr und Herbst werden die Aktion Demenz Transparente bei den Unterführungen Rudolf-von-Ems-Straße und Diepoldsauerstraße angebracht.

Demenzsprechstunde

Einmal pro Monat findet im Büro der Servicestelle für Betreuung und Pflege eine Demenzsprechstunde statt. Hier können sich Betroffene, pflegende Angehörige und Betreuende kostenlos von Dr. Stefan Telser, Facharzt für Psychiatrie, beraten lassen.



Liebe Mutter

Du kennst mein Gesicht nicht mehr. Du bewegst dich wie eine Fremde in deinem eigenen Haus. Du vergisst sogar, dir die Haare zu richten, obwohl dir dein Auftreten immer so wichtig war. Ich kann dich mit Worten nicht mehr erreichen, aber ich sitze gerne still neben dir. Du bist freundlich geworden, weil dich nichts mehr ärgert. Ich wünsche mir, dass dein Leben jetzt leichter ist als früher,

deine Tochter

Öffentlichkeitsarbeit

Im Gemeindeblatt wird eine Serie von Informationen, Tipps und Hilfsangeboten zum Thema Demenz publiziert.

Ausblick 2019

- „Pflegerische Angehörige im Familiensystem“
Vortrag mit Johannes Staudinger.
NOVEMBER 2019
- Vortrag mit Isabelle Naumann. **FRÜHJAHR 2019**
- „Die heilende Kraft der Gedanken“
Vortrag mit Clemens Maria Mohr. **MAI 2019**
- Wanderausstellung Peter Gaymann. **MAI 2019**
- Vortrag mit der Bezirkshauptmannschaft.
HERBST 2019

Kummenberg Region

Altach, Götzis, Mäder und Koblach

Projektleitung Alexandra Bereuter

2016

Schulungen in der Gemeinde

In Zusammenarbeit mit den Büchereien in der Region konnten wir das Kinderbuch „Mein Opa sitzt in einem Zeitreisemobil“ allen Kindern der 4. Klassen in den Volksschulen vorstellen. Wir luden sie dazu in die Bücherei ein, oder besuchten sie in der Schule. Durch eigene Erfahrungen mancher Kinder sowie Informationen aus dem Buch und den Workshops bekamen die Kinder einen Einblick, wie sie mit betroffenen Menschen umgehen sollen. **JUNI 2016**



Mal-Ort im Pflegeheim

Sensibilisierung im öffentlichen Raum

Anlässlich der Ausstellung „Da war doch was!“ im vorarlberg museum wurden Fragekarten verteilt, auf die wir zahlreiche Antworten bekamen.

MAI 2016

2017

Sensibilisierung im öffentlichen Raum

Einige Gasthäuser erklärten sich bereit, die Tischsets für einen bestimmten Zeitraum rund um den Welt-Alzheimerstag aufzulegen.

SEPTEMBER 2017

Schulungen in der Gemeinde

Die Mittelschule Altach hat im Rahmen des Religionsunterrichts mehrere Nachmittage zur Verfügung gestellt, um über das Thema Demenz zu informieren. Durch den Workshop konnten die Jugendlichen selbst Risikofaktoren für Demenz und deren Auswirkungen erarbeiten.

OKTOBER UND NOVEMBER 2017

Teilhabe und Demenz

Landesweit wurde ein Fotoprojekt mit dem Titel „Alles geht so schnell“ ins Leben gerufen und aus der Region waren zwei Herren bereit, Fotos von ihrem Alltag zu machen. Sie fotografierten das, was ihnen in ihrem Alltag wichtig ist und was sie zeigen wollten.

JUNI 2017

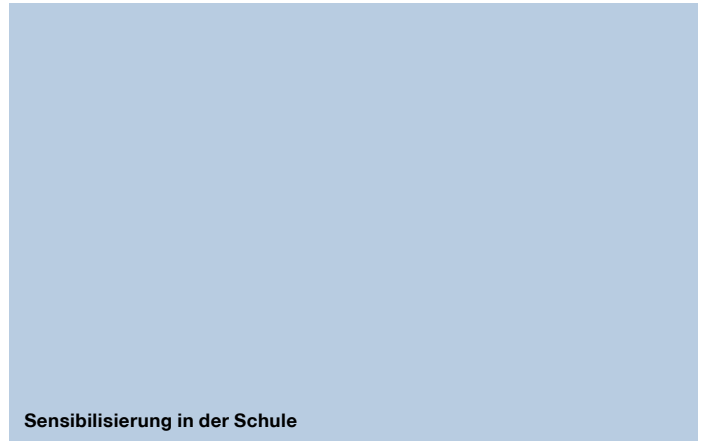
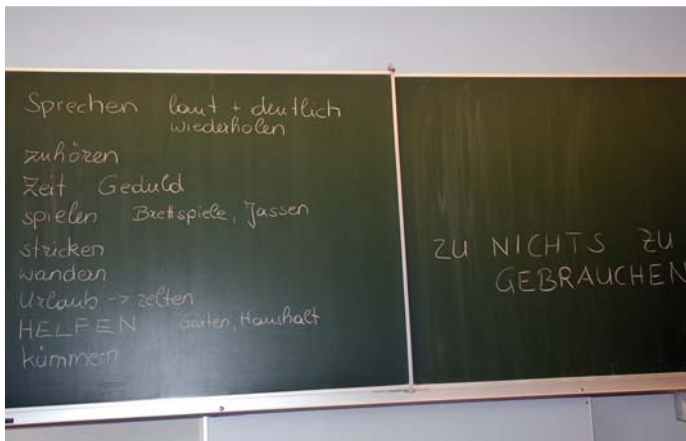
2018

Schulungen in der Gemeinde

Nicht nur Kinder und Jugendliche, sondern auch Lehrpersonen sind oft betroffene Angehörige und gaben an, dass sie durch den Workshop einige wertvolle Informationen erhielten. Die Kinder und Jugendlichen erhielten neben dem Kinderbuch „Mein Opa sitzt in einem Zeitreisemobil“ auch Tischsets für zu Hause, um so mit den Eltern ins Gespräch zu kommen und zu erzählen, was sie über Demenz erfahren haben.

VS DER REGION, MÄRZ UND JUNI 2018

MS ALTACH, JÄNNER, APRIL UND NOVEMBER 2018



Sensibilisierung in der Schule



Teilhabe und Demenz Mal-Ort nach Arno Stern

Im Sozialzentrum Altach fand zwei Mal der Mal-Ort nach Arno Stern statt und wird auch im Jahr 2019 weiter durchgeführt. Auffallend ist das konzentrierte Arbeiten, das lange „Dranbleiben“ an einer Tätigkeit und eine körperliche Lebendigkeit, die von den Fachkräften berichtet wird. **NOVEMBER 2018**

Ausblick 2019

- Lesung mit Tatjana Weiler aus ihrem Buch „Das Ich in mir“, Bücherei Altach
APRIL 2019
- Aufbau einer Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige
- Schulungen für Kinder und Jugendliche werden weiter angeboten
- Schulung für Lehrlinge im Handel initiieren

Modellgemeinde Lauterach

Projektleitung Annette King

2016

Vortrag: Validation nach Naomi Feil
mit Maria Heidegger, zertifizierte Einzel- und Gruppenvalidationsanwenderin. **MÄRZ 2016**

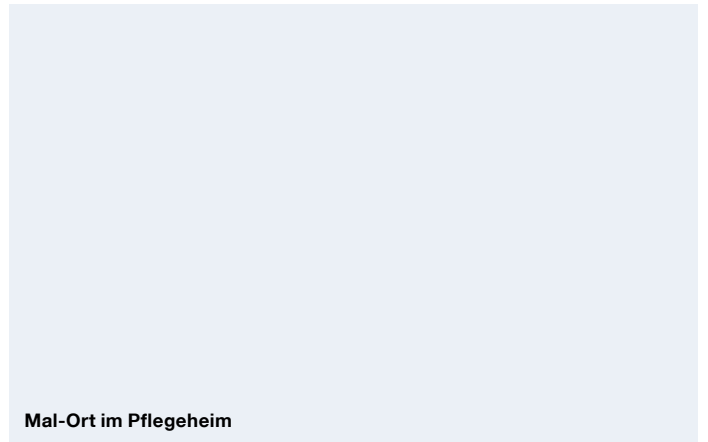
Sommerausbildung

„Qualifikation – Validation nach Naomi Feil“ in drei Teilen für Menschen, die beruflich oder ehrenamtlich mit Menschen mit Demenz zu tun haben.

JULI 2016, EINFÜHRUNG IN DIE VALIDATION

AUGUST 2016, TECHNIKEN UND SYMBOLE

SEPTEMBER 2016, EMOTIONEN UND BEDÜRFNISSE



Vortrag: Validation – Teil 1

mit Maria Heidegger, zertifizierte Einzel- und Gruppenvalidationsanwenderin. **NOVEMBER 2016**

2017

Lesevormittag

„Mein Opa sitzt im Zeitreisemobil“, Angebot in der Bibliothek mit Barbara Fessler für alle Volksschulklassen in Lauterach (VS Unterfeld und Schule Dorf)

Mal-Ort

Terminvereinbarung zum Kennenlernen des Mal-Ortes im Eltern-Kind-Treff Infantibus mit Myriam Isele, Alte Seifenfabrik Lauterach

Vortrag: Validation – Teil 2

mit Maria Heidegger, zertifizierte Einzel- und Gruppenvalidationsanwenderin. **JÄNNER 2017**

Vortrag: Validation – Teil 3

mit Maria Heidegger, zertifizierte Einzel- und Gruppenvalidationsanwenderin. **MÄRZ 2017**

Fragenstellerei

Aktion „Fragenstellerei“ beim Frühlingsmarkt am Montfortplatz Lauterach mit den Helferinnen des Mobilen Hilfsdienstes. **APRIL 2017**

Filmvorführung

zum Welt-Alzheimerstag im „Meet Anna“ – Veranstaltungssaal Lauterach, anschließend wurden Fragen gestellt und von Mitgliedern der Arbeitsgruppe der Aktion Demenz Lauterach beantwortet. Zum Abschluss wurde zu einem Gläschen Wein und Käse das Gespräch gesucht.

SEPTEMBER 2017

Fortbildung

3-teilige Fortbildungsreihe „Validation nach Naomi Feil“ von Maria Heidegger, Validationsexpertin und -Anwenderin.

SEPTEMBER 2017: EINFÜHRUNG IN DIE VALIDATION

OKTOBER 2017: TECHNIKEN UND SYMBOLE

NOVEMBER 2017: EMOTIONEN UND BEDÜRFNISSE



2018

Öffentlichkeitsarbeit

Broschüre „Lauterach im besten Alter“ mit Informationen zur Aktion Demenz in Lauterach und zu landesweiten Aktionen.

Lesevormittag

„Mein Opa sitzt im Zeitreisemobil“, Angebot in der Bibliothek mit Barbara Fessler für alle Volksschulklassen in Lauterach VS Unterfeld und Schule Dorf.

Marktstand

Präsenz am Lauteracher Markt bei der Alten Säge, Stand mit Info-Material zum Thema Demenz. APRIL 2018



Wanderausstellung

„Alles geht so schnell“ in der Alten Seifenfabrik Lauterach

Wanderausstellung

„Alles geht so schnell“ in der Alten Seifenfabrik Lauterach. Im Rahmen der Fotoausstellung fanden drei Veranstaltungen in der Alten Seifenfabrik statt:

Zum Auftakt am 17. September 2018 spielten Philipp Lingg und Mathias Schmidt Lieder „aus der guten alten Zeit“. An diesem stimmungsvollen Abend wurde die bevorstehende Vortragsreihe zum Thema Demenz präsentiert. Danach ließ man den Abend bei Käse und Wein ausklingen.

Zum Welt-Alzheimerstag referierte Maria Heidegger, Validationsexpertin und -Anwenderin, zum Thema Demenz. Mit ihrem Vortrag „(K)ein verlorener Augenblick“ wurde dem Publikum Validation nach Naomi Feil nähergebracht, was auf großes Interesse stieß. Bei einer Tasse Suppe und einem Gläschen Wein besprach man anschließend das Gehörte.



Wie kann ich dich erreichen?

„Ob meine Frau mich wohl erkennt und weiß, dass ich bei ihr bin? Vielleicht, denn wenn ich sie berühre, dann lächelt sie.“

Michael F., 87 Jahre

Zum Abschluss der Reihe sprach Norbert Schnetzer zum Thema „Umgang mit schwierigen und/oder desorientierten alten Menschen oder der Tag, an dem die Handtasche im Kühlschrank stand“. Mit viel Erfahrung und Humor präsentierte er das Thema. Zum Ausklang gab es ein Gläschen Wein und Riebel mit Holdermus.

SEPTEMBER 2018

Radiosendung

Maria Heidegger sprach in der Sendung „Focus“ von Radio Vorarlberg über das Thema Demenz bzw. Validationsmethode nach Naomi Feil.

OKTOBER 2018

Modellregion Leiblachtal

Eichenberg, Hohenweiler, Hörbranz,
Lochau, Möggers

Projektleitung Philipp Graninger

2016

Im Jahr 2016 begleitete und organisierte der Verein Sozialsprengel Leiblachtal im Rahmen der Aktion Demenz verschiedene Veranstaltungen und Aktionen.

Vortrag: Innehalten, vom Wert der Langsamkeit und der Pausen

Referent: Dr. Franz Josef Köb. Auch bei demenziell erkrankten Menschen spielt das Entschleunigen eine große Rolle. MÄRZ 2016

Anastasia und Ruben, Botschafter/in für das Kinderbuch
„Mein Opa sitzt in einem Zeitreisemobil“ der Aktion Demenz



Projekt „A“ on Tour

Tischsets

Im Frühjahr 2016 wurden Tischsets in den Gasthäusern der Region aufgelegt, die das Thema Demenz zum Gespräch am Mittagstisch machten.

Projekt „A“ on Tour

Es wurde ein Konzept erstellt, das den Austausch von Freiwilligenarbeit auf niederschwelligem Niveau ermöglichen soll. Ziel ist es, unter anderem Menschen, die Zeit zur Verfügung stellen wollen, mit Menschen, die Zeit in Anspruch nehmen möchten, zusammen zu bringen. Die Lebenshilfe im Leiblachtal hat dafür ein lebensgroßes „A“ geschaffen, das an die Aktion Demenz erinnert, und an verschiedenen Orten im Leiblachtal aufgestellt wird. **LAUFEND**

2017

Öffentlichkeits- und Aufklärungsarbeit

Tischsets

Im Frühjahr 2017 wurden wieder in Kooperation mit den regionalen Gasthäusern die Tischsets verteilt und so auf sehr angenehme Art und Weise das Thema Demenz angesprochen.

Vortrag: Hilfe zur Selbsthilfe im Bürokratie-Dschungel

Referentin Edith Ploss. Ein Vortrag zur Pflegegeldabwicklung und Arbeitnehmerveranlagung für Angehörige von demenziell Betroffenen.

SEPTEMBER 2017

Lesung

von Katharina Grabner-Hayden. Familiengeschichten zum Thema Demenz und wie sich das Leben ändert, wenn die Schwiegermutter den silbernen Teekessel des Sohnes desinfiziert.

Ausstellung: „Alles geht so schnell“



2018

Ausstellung „Alles geht so schnell“

Anlässlich der Eröffnung des betreubaren Wohnens in Hörbranz wurde die Wanderausstellung „Alles geht so schnell“ präsentiert. Diese zeigt Fotografien von Menschen mit Demenz, ihre persönlichen Ansichten und Perspektiven.

JUNI 2018

Lesung

Wiederholung der Lesung von Katharina Grabner-Hayden. NOVEMBER 2018

Vom Sachwalter zum Erwachsenenschutzbeauftragten

Das neue Gesetz und seine Herausforderungen mit Dr. Richard Forster, Notar in Feldkirch. Er spannte den Bogen vom ehemaligen Sachwalter zum neuen Erwachsenenschutzbeauftragten. Eine komplexe Thematik vor allem auch in Bezug auf psychische Erkrankungen und den damit verbundenen Einschränkungen der Geschäftsfähigkeit. DEZEMBER 2018

Modellgemeinde Lustenau

Projektleitung Silvia Benz

2016

Im Jahr 2016 begleitete und organisierte die Abteilung Soziales, Gesundheit und Wohnen in Lustenau im Rahmen der Aktion Demenz verschiedene Veranstaltungen und Aktionen.

Kinderbuch

Einführung des Kinderbuches „Mein Opa sitzt in einem Zeitreisemobil“ in zwei der insgesamt vier Volksschulen in Lustenau. Es haben sich neun Klassen mit insgesamt 251 Volksschulkindern an der Aktion beteiligt. MÄRZ 2016

Reihe Demenz

„Zeitlos im Augenblick“ mit Michael Ganß, Veranstalter: connexia, mit Abendvortrag und Workshop fand im „Schützengarten“ statt.

MAI 2016



Spaziergängerinnen in Lustenau

Lesung und Gespräch

„... es häuft sich in mir der Irrgarten an.“
mit Norbert Schnetzer, Barbara Weber und
Ehepaar Gabriele und Herbert Hämmerle.
45 Interessierte besuchten die Bibliothek
Lustenau. **NOVEMBER 2016**

Einblicke – Kulturvermittlung für Menschen mit Demenz

Zwei Frauen mit Demenz und ihre Begleit-
personen nahmen das Angebot in Anspruch
und besuchten das vorarlberg museum.

NOVEMBER 2016

Demenzsprechstunde

Die Demenzsprechstunde wurde neu organi-
siert. Sieben Mal konnte im Jahr 2016 in
Zusammenarbeit mit pro mente Vorarlberg am
Mittwoch Nachmittag die Demenzsprechstunde
mit Dr. Elmar Weiskopf angeboten werden.
21 Personen nahmen das Angebot in Anspruch.

Spaziergängerinnen als Wegbegleiterinnen für Menschen mit Demenz

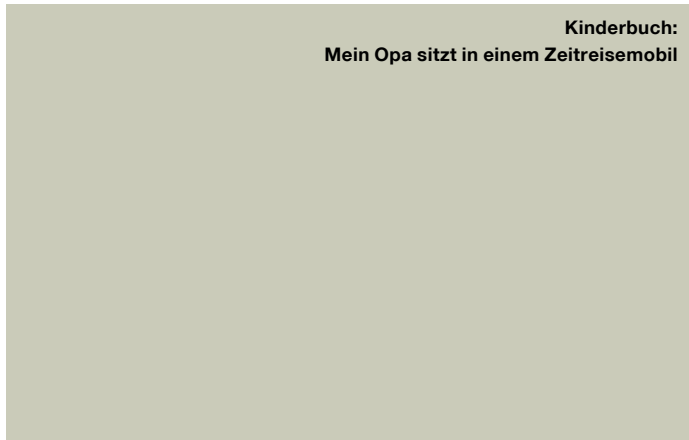
Vier Frauen sind in Lustenau als „Spaziergänge-
rinnen für Menschen mit Demenz“ unterwegs
und schenken einmal pro Woche ehrenamtlich
einer Person mit Demenz einen „bewegten
Nachmittag“. Dieses Projekt wird in Koopera-
tion mit der Caritas Vorarlberg umgesetzt. Es
finden regelmäßig Austauschtreffen statt: zwei
landesweite Treffen, organisiert von der Caritas
Seniorenarbeit, zwei Treffen für Lustenau, orga-
nisiert und begleitet von der Aktion Demenz
Lustenau.

2017

Vortrag

für eine Klasse der „Schule für allgemeine
Gesundheits- und Krankenpflege Bregenz“ mit
folgenden Themenschwerpunkten:

- Vorstellung der Aktion Demenz in Vorarlberg
am Beispiel der Marktgemeinde Lustenau



- Unterstützung für die Angehörigen von Menschen mit Demenz
- Ausblick auf mögliche Berufsfelder

FEBRUAR 2017

Kinderbuch

Einführung des Kinderbuches „Mein Opa sitzt in einem Zeitreisemobil“ in der VS Rotkreuz in Lustenau. Vom 6. bis 15. März beteiligten sich an der Aktion alle Lehrpersonen mit ihren Klassen – insgesamt 234 Volksschulkindern aller Schulstufen. **MÄRZ 2017**

Vortrag Bundeshandelsakademie Lustenau

Eine Demenzschulung für eine dritte Klasse der Handelsakademie Lustenau behandelte folgende Themenschwerpunkte:

- Einführung in das Krankheitsbild „Demenz“
- Unterstützungsmöglichkeiten für ein gelingendes Miteinander. **JUNI 2017**

Welt-Alzheimerstag

Schwerpunkte rund um den Welt-Alzheimerstag am 21. September 2017:

- Bericht „Orangensaft in der Kaffeemaschine“ in der Straßenzeitung „marie“
- Serie „Leben mit Demenz“ – 10 Antworten zum Thema Demenz im Lustenauer Gemeindeblatt
- Vortrag mit Christian Müller-Hergl „Demenz verstehen“ am 11. Oktober 2017
- Beteiligung mit zwei Personen mit Demenz an der Fotoausstellung „Alles geht so schnell“

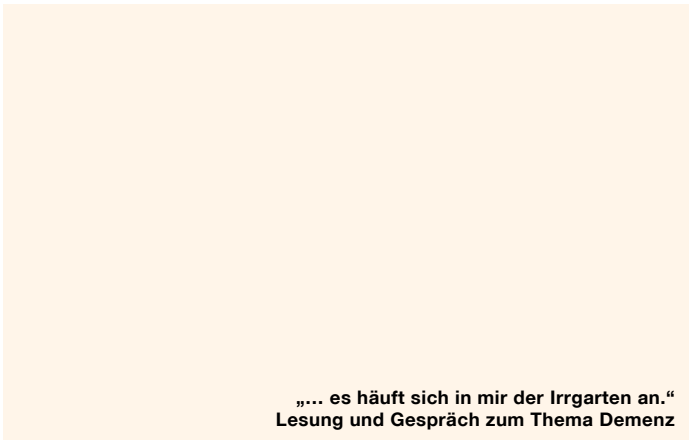
Tanzcafé für Seniorinnen und Senioren mit Live-Musik

Soziale Teilhabe und Integration von und mit Menschen mit Demenz stehen im Mittelpunkt des Tanzcafés für Seniorinnen und Senioren. Fünf Mal fand das Tanzcafé in Kooperation mit dem Sozialkreis der Pfarre Rheindorf statt:

10. MÄRZ 2017, 7. APRIL 2017, 5. MAI 2017, 6. OKTOBER 2017, 24. NOVEMBER 2017

Demenzsprechstunde

Zehn Mal konnte im Jahr 2017 in Zusammenarbeit mit pro mente Vorarlberg am Mittwoch



Nachmittag die Demenzsprechstunde mit Dr. Elmar Weiskopf angeboten werden. 30 Personen nahmen das Angebot in Anspruch.

sprechstunde mit Dr. Elmar Weiskopf angeboten werden. 15 Personen nahmen das Angebot in Anspruch.

Spaziergängerinnen als Wegbegleiterinnen für Menschen mit Demenz

Zu Jahresbeginn waren in Lustenau vier Frauen als „Spaziergängerinnen für Menschen mit Demenz“ unterwegs. Ab Juli schenken nur mehr drei Freiwillige einmal pro Woche unentgeltlich einer Person mit Demenz einen „bewegten Nachmittag“. Dieses Projekt wird in Kooperation mit der Caritas Vorarlberg umgesetzt. Zudem fanden drei Austauschtreffen statt, welche von der Aktion Demenz Lustenau organisiert und begleitet wurden.

Vortrag Bundeshandelsakademie Lustenau

Eine Demenzschulung für eine dritte Klasse der Handelsakademie Lustenau behandelte folgende Themenschwerpunkte:

- Einführung in das Krankheitsbild „Demenz“
- Unterstützungsmöglichkeiten für ein gelingendes Miteinander. **FEBRUAR 2018**

2018

Demenzsprechstunde

Sieben Mal konnte im Jahr 2018 in Zusammenarbeit mit pro mente Vorarlberg die Demenz-

Workshop für Kinder im Alter von 10 bis 14 Jahren

Im Rahmen einer „Woche der Vielfalt“ fand im „W*ORT“ ein dreistündiger Workshop zum Schwerpunkt „Alter und Generationen“ statt. Dabei wurde gemeinsam mit den Kindern das Thema „Demenz“ aufgegriffen und das Krankheitsbild mit dem Gedächtnissieb und dem Kinderbuch erklärt. **AUGUST 2018**



Geh mit.

ist ein Bewegungsangebot für Menschen mit und ohne Demenz – für Seniorinnen und Senioren, die gerne in Gemeinschaft spazieren. Im Frühjahr und im Herbst wurden je acht Einheiten in Kooperation mit dem Kneipp Aktiv Club Lustenau angeboten. Den geführten Spaziergang begleitete eine Kursleiterin. Acht Wochen in Folge hatten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einmal in der Woche die Möglichkeit, gemeinsam durch Lustenau zu spazieren, miteinander Neues und auch Altes zu entdecken und Erinnerungen auszutauschen. Spaziert wurde bei jeder Witterung und zum Abschluss gab es nach Lust und Laune einen Einkehrschwung in Lustenaus Gastronomie.

Tanzcafé für Seniorinnen und Senioren mit Live-Musik

Vier Mal fand 2018 das Tanzcafé in Kooperation mit dem Mobilen Hilfsdienst im Ehrenamt statt. Im Durchschnitt wurde das Tanzcafé von rund 50 Tanzbegeisterten mit und ohne Demenz besucht.

„Spaziergängerinnen als Wegbegleiterinnen für Menschen mit Demenz“

Dieses Projekt wird in Kooperation mit der Caritas Vorarlberg umgesetzt. Drei Freiwillige schenken einmal pro Woche unentgeltlich einer Person mit Demenz einen „bewegten Nachmittag“.

„Malspiel nach Arno Stern“ für Menschen mit Demenz

Insgesamt 20 Mal konnte im Seniorenhaus Schützengarten das „Malspiel nach Arno Stern“ für Menschen mit Demenz angeboten werden.

Kulturvermittlung für Menschen mit Demenz

In Zusammenarbeit mit dem Museum Rheinschauen wurden im September Menschen mit Demenz und ihre Begleitpersonen oder Angehörigen zu einem Besuch ins Museum eingeladen. Die Führung der besonderen Art leitete Anita Ohneberg.



Life Kinetik – Gehirntaining einmal ganz anders

Modellgemeinde Rankweil

Projektleitung Elke Moosbrugger

Die Arbeitsgruppe Demenz der Marktgemeinde Rankweil bietet jeweils im Frühjahr allen Interessierten mit der Veranstaltungsreihe „Treffpunkt Pavillon – rüstig statt rostig“ Möglichkeiten, sich körperlich und geistig zu betätigen. Bei diesen Treffen können Seniorinnen und Senioren Neues erfahren und ihre Zeit angeregt und ausgefüllt verbringen. Eine Demenz beeinträchtigt das Leben eines Menschen in vielfältiger Weise, deshalb ist es für diese Menschen besonders wichtig, dass sie weiterhin am sozialen Leben teilhaben. Wir freuen uns, wenn sie all ihre Fähigkeiten einbringen, ihren Alltag aktiv gestalten und ihren Hobbys nachgehen sowie im Freundeskreis und der Gemeinde aktiv bleiben – deshalb sind diese Menschen besonders herzlich

eingeladen, das Angebot unserer Veranstaltungen in Anspruch zu nehmen. Im Herbst wird jährlich zum Welt-Alzheimerstag ein Programm zur Bewusstseinsbildung in der Öffentlichkeit angeboten. Dies können Theateraufführungen, Vorträge oder Lesungen sein. Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen sollen nicht am Rande stehen, sondern mittendrin – sie sollen ein Teil unserer Gesellschaft sein, der Blick soll auf den Menschen gerichtet sein, nicht auf die Krankheit.

Beratungsangebot

Betroffene, pflegende Angehörige und Betreuende können sich kostenlos bei Katharina Waibel vom Gesundheits- und Krankenpflegeverein Rankweil zum Thema „Menschen mit Demenz zu Hause begleiten und betreuen“ sowie über entsprechende Angebote beraten lassen.



Infostand beim Wochenmarkt

Die Aktion Demenz ist vier Mal jährlich mit einem Stand beim Wochenmarkt vertreten. Besucherinnen und Besucher können sich über die Krankheit Demenz erkundigen, Gespräche mit fachkundigem Pflegepersonal führen sowie kostenlose Broschüren und Informationsmaterial mitnehmen.

Offenes Singen „Liedertankstelle“

Gemeinsam singen wir altbekannte Lieder. Zu diesem lockeren Singen sind alle, ob jung oder alt, die Freude am Singen haben, recht herzlich jeden zweiten Mittwoch im Monat eingeladen. Das Musizieren, die Gemeinschaft und Freude stehen dabei im Vordergrund.

Life Kinetik – Gehirntraining einmal ganz anders

Durch spaßvolle, visuelle und koordinative Aufgaben für den Körper, in Kombination mit mal einfachen und mal kniffligen Denkaufgaben, wird das Gehirn gezwungen, neue Verbindun-

Offenes Singen „Liedertankstelle“

gen zu schaffen. Je mehr dieser Verbindungen bestehen, desto höher ist die Leistungsfähigkeit des Gehirns. Da dieses Training körperlich kaum belastend ist, unterstützt es jeden bei seiner persönlichen Entwicklung, ganz egal welchen Alters und Fitnessgrades. Das Training wird jeweils auf die Gruppe abgestimmt.

Radeln ohne Alter – den Wind in den Haaren spüren

Wir laden Menschen mit Einschränkungen dazu ein, die Umgebung, in welcher sie leben, hautnah während einer Fahrt mit einer Rikscha neu zu entdecken.

2016

Filmvorführung: Die Auslöschung

Der Film erzählt einfühlsam von der späten großen Liebe einer Restauratorin (Martina Gedeck) und eines Kunsthistorikers (Klaus Maria Brandauer). Das Glück scheint perfekt, bis ihn die Diagnose Alzheimer trifft. **SEPTEMBER 2016**



**Zirkeltraining im Bewegungspark
in Rankweil**



Vortrag: 24-Stunden-Betreuung zu Hause

Information und Orientierungshilfen rund um das Thema der 24-Stunden-Betreuung zu Hause. Kooperationsprojekt Marktgemeinde Rankweil, ARGE Mobile Hilfsdienste und Bildungshaus Batschuns. **OKTOBER 2016**

2017

Vortrag: Demenzerkrankung

Referent: Dr. Albert Lingg
Ausprägungen und Verläufe, Stand der Forschung, gegenwärtige Hilfen. **SEPTEMBER 2017**

Vortrag: Wenn die Vergangenheit krank macht

Referent: Armin Devich. Ein spannender Ausflug in die Speichersysteme des Körpers: Die Zusammenhänge von Emotionen und Krankheit/Gesundheit. Kooperationsprojekt Marktgemeinde Rankweil, ARGE Mobile Hilfsdienste und Bildungshaus Batschuns. **OKTOBER 2017**

2018

Vortrag: Was ist eigentlich Palliative Care?

Referent: Dr. Siegfried Hartmann
„Lebensqualität bis zuletzt“ ist das Generalmotto von Palliative Care. Viele Patientinnen und Patienten leiden im Endstadium einer nicht heilbaren Erkrankung an stark belastenden Symptomen: besonders Schmerzen, aber auch Atemnot, Übelkeit oder Angstzustände. Kooperationsprojekt Marktgemeinde Rankweil, ARGE Mobile Hilfsdienste und Bildungshaus Batschuns. **APRIL 2018**

Seminar: Lernen ist keine Frage des Alters

Trainer: Franz Ludescher. Leben bedeutet für uns alle Lernen – in jedem Alter und zu jeder Zeit. In diesem Seminar wurde besprochen, wie unser Gehirn arbeitet. **MAI 2018**



Szenische Lesung: Ist die schwarze Köchin da? Alt sein für Anfänger

Wilma und Gotthard Bilgeri präsentierten Texte von Lida Winiewicz über die vielen Facetten des Älterwerdens. **SEPTEMBER 2018**

Vortrag: „Lustvoll altern – Gesundheit und Sexualität“ im Hinblick auf pflegende Angehörige

Referent: Dr. Hans Concin. Lustvoll altern und dabei Lebensqualität erleben zu wollen – „tun, was gut tut“ – ist etwas zutiefst Menschliches. Kooperationsprojekt Marktgemeinde Rankweil, ARGE Mobile Hilfsdienste und Bildungshaus Batschuns. **NOVEMBER 2018**

Szenische Lesung: Ist die schwarze Köchin da?
Alt sein für Anfänger

Rheindelta Region

Fußach, Gaißau und Höchst

Projektleitung Andrea Trappel-Pasi

2016

Recherche

Befragung betreuender und pflegender Angehöriger zum Thema „Wie sind Sie mit den vorhandenen Angeboten der Rheindelta-Gemeinden zufrieden und welche zusätzlichen Unterstützungen würden Sie sich wünschen?“ **JÄNNER 2016**

Fortbildung

zu Demenz und Rechtsfragen. **NOVEMBER 2016**

Kirsten Helfrich, Künstlerin und Leiterin
Kunstvermittlung, Kunsthaus Bregenz



„Alles geht so schnell“

Foto: Lieselotte M., 64 Jahre, Magd, Hausfrau, Au

Vortrag

„Pflegen ja, aber es ist auch mein Leben“ von Elmar Simma. Das Referat regte zum gemeinsamen Nachdenken über die richtige Balance zwischen der Sorge um andere und um sich selbst an. **NOVEMBER 2016**

Auftaktveranstaltung

„Demenz betrifft uns alle – gemeinsam für ein besseres Leben mit Demenz“. Vortrag mit Wilfried Feurstein, offene Diskussion und Auseinandersetzung mit der Thematik. **DEZEMBER 2016**

Nachtstubat

Gestaltung von wechselnden Abendprogrammen im Pflegeheim. **LAUFEND**

2017

Vortrag: Sind alte und junge Gehirne verschieden?

Referent: Dr. Klaus Zitt. Ein Referat über die Formbarkeit des menschlichen Gehirns und wie wir es mit Begeisterung für verborgene und neue Funktionen nützen können. **APRIL 2017**

Fotoprojekt „Alles geht so schnell“

Ein Fotograf aus dem Rheindelta hat an dem Ausstellungsprojekt teilgenommen und seinen Alltag fotografiert. Diese Ausstellung wurde im September 2017 zum Welt-Alzheimerstag im Foyer der Landesregierung präsentiert. **APRIL 2017**

Kräuterwanderung

für Seniorinnen und Senioren mit einer Kräuterpädagogin. **MAI 2017**

Dieses Haus habe ich noch nie gesehen!

„Ich werde mir von Tag zu Tag fremder.
Früher habe ich doch nie etwas vergessen.
Schon gar nicht, wo mein bester Freund
wohnt!“

Karl. S., 74 Jahre



Stefania Pitscheider Soraperra,
Direktorin Frauenmuseum Hittisau

Tanzcafé

für Heimbewohnerinnen und Heimbewohner
und Gäste. **AUGUST 2017**

Theaterstück „Rosa ist reif“

Eine theatrale Auseinandersetzung mit
Demenz und Alzheimer. **OKTOBER 2017**

Nachtstubat

Gestaltung von wechselnden Abend-
programmen im Pflegeheim. **LAUFEND**

Filmabende

im Pflegeheim mit Klassikern von anno
dazumal. **LAUFEND**

2018

Märchenabend im Pflegeheim. APRIL 2018

Tanzcafé

für Heimbewohnerinnen, Heimbewohner
und Gäste. **SEPTEMBER 2018**

Vortrag: Umgang mit Menschen in schwierigen psychischen Situationen

Referent: Dr. Albert Lingg. Referat über die
Betreuung von Menschen in Krisen oder
in Krankheit gefangener Menschen. Wie
kann mit Verwirrtheit, Wahn, Verstimmungen
und anderen Krisen umgegangen werden?

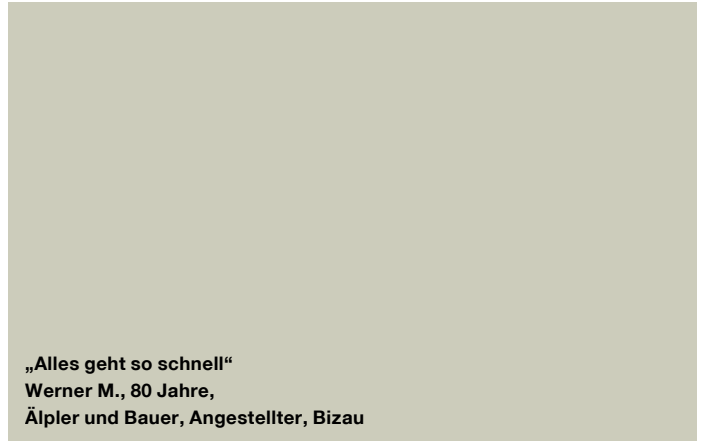
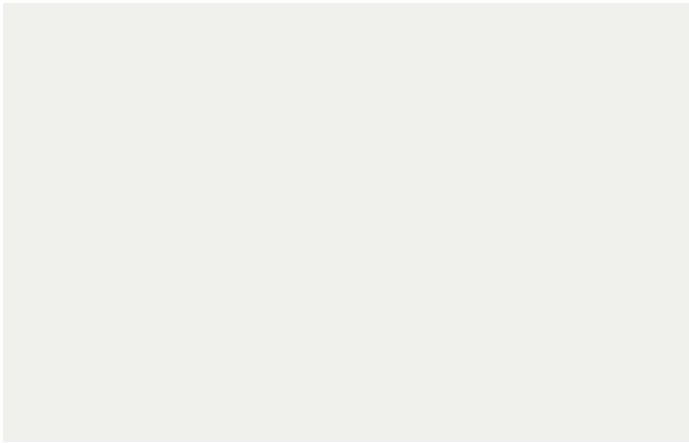
NOVEMBER 2018

Filmabende

im Pflegeheim mit Klassikern von anno
dazumal. **LAUFEND**

Nachtstubat

Gestaltung von wechselnden Abend-
programmen im Pflegeheim. **LAUFEND**



Modellgemeinde Wolfurt

**Projektleitung Gert Schlegel,
seit 2018 Manuela Bundschuh**

Tischsets

Gasthäuser der Hofsteiggemeinden Buch, Bildstein, Kennelbach, Lauterach, Schwarzach und Wolfurt haben sich bereit erklärt, die Tischsets der Aktion Demenz täglich aufzulegen.

Pflegende Angehörige im Gespräch

Das Pflegen als auch die zeitweise Betreuung eines Angehörigen daheim ist eine wertvolle, aber zuweilen auch anstrengende Tätigkeit, die einen immer wieder aufs Neue fordert.

Einmal im Monat treffen sich pflegende Angehörige zu einem gemütlichen Beisammensein, um Erfahrungen auszutauschen. **LAUFEND**

Sprechstunde in Fragen des Älterwerdens

Mit zunehmendem Alter von Angehörigen ergeben sich vielfach neue Herausforderungen und Fragen. Eine kostenlose Beratung für Informationen über Demenzerkrankungen oder andere psychische Erkrankungen, zu Fragen zum Umgang mit betroffenen Familienmitgliedern oder ein vertrauliches Gespräch stehen zur Verfügung. **LAUFEND**

Wanderausstellung „Alles geht so schnell“

Menschen mit Demenz fotografieren ihren Alltag – die Fotoausstellung wanderte ins Seniorenheim Wolfurt.

23. FEBRUAR BIS 8. APRIL 2018

Öffentlichkeitsarbeit

Buchempfehlung: Der Demenz-Knigge.
Bericht in der Wolfurter Gemeindezeitung.

FRÜHLING 2018



Neumarkt

Eine Modellgemeinde im Südtirol

Projektleitung Cornelia Ebner

Seit einigen Jahren arbeiten wir nun mit der Unterstützung der Aktion Demenz Vorarlberg an der Sensibilisierungskampagne für ein besseres Miteinander zum Thema Demenz.

Dabei machen wir immer wieder die Erfahrung, dass Betroffene – seien es Familienangehörige als auch Freunde und Bekannte – jede Hilfe und jedes Angebot schätzen und wir immer wieder für Menschen in der Pflege einen Beitrag leisten können. Da wir nur beschränkte Ressourcen vor Ort haben, verfolgen wir in kleinen Schritten, aber mit Engagement die Ziele der Aktion Demenz, damit der Alltag von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen leichter wird.

Bürgerforum
„Gut und gern altern in Neumarkt –
Demenz als Herausforderung“

Vortrag mit Prof. Dr. Reimer Gronemeyer

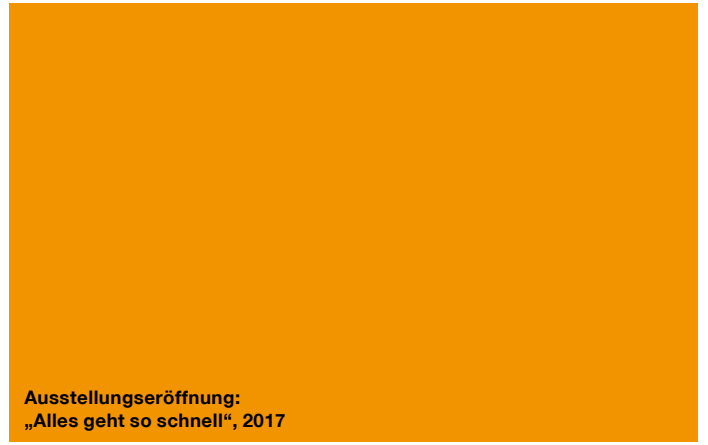
Bürgerforum zum Thema „Gut und gern altern in Neumarkt – Demenz als Herausforderung“

Ein Informationsabend mit Professor Reimer Gronemeyer machte den Auftakt. Der Soziologe plädiert für die Förderung der sozialen Seite, damit sich Personen, die an Demenz erkrankt sind, wohl fühlen und in der Gesellschaft Anschluss finden. **FRÜHLING 2016**

Vortrag: Demenz ist keine Krankheit

mit Prof. Dr. Reimer Gronemeyer. Der Soziologe griff Fragen auf wie beispielsweise „Was kann ich tun, wenn mir Demenz selbst zustößt? Was können Angehörige und Pflegende tun?“

JANUAR 2018



**Ausstellungseröffnung:
„Alles geht so schnell“, 2017**



Welt-Alzheimerntag 2018





Weitere Informationen zum Thema Demenz sowie zu Hilfs- und Unterstützungsmöglichkeiten in Vorarlberg finden Sie unter www.aktion-demenz.at und in der dreiteiligen Broschürenreihe „Leben mit Demenz“, die von der Aktion Demenz herausgegeben wird.

Die Broschüren können Sie kostenlos beziehen bei:

Aktion Demenz
connexia – Gesellschaft für Gesundheit
und Pflege gem. GmbH
Quellenstraße 16, 6900 Bregenz
T 05574 48787-0
info@aktion-demenz.at
www.aktion-demenz.at

Impressum

Aktion Demenz
connexia – Gesellschaft für Gesundheit
und Pflege gem. GmbH
Quellenstraße 16, 6900 Bregenz
www.aktion-demenz.at

Redaktion

Daniela Egger und
Mag. Martin Hebenstreit
Grafik Dalpra & Partner
Satz Andrea Kratzer
Titelbild aus der Ausstellung
„Alles geht so schnell“
Fotos Innenteil von den
Modellgemeinden und der
Pressestelle der Vorarlberger
Landesregierung

März 2019

Das Herz wird nicht dement

Veränderung

Aktion Demenz

connexia – Gesellschaft für Gesundheit
und Pflege gem. GmbH
Quellenstraße 16, 6900 Bregenz
T 05574 48787-0
info@aktion-demenz.at
www.aktion-demenz.at

aktion demenz

