Die Demenzstrategie *Gut leben mit Demenz* und die Rolle von Städten und Gemeinden

In Österreich leben schätzungsweise 130.000 Menschen[1] mit unterschiedlichen Formen von demenziellen Beeinträchtigungen. Somit leben in einer Gemeinde mit 1.000 Einwohnern durchschnittlich 15 Menschen mit Demenz[2]. Eine noch größere Zahl an Angehörigen und Freunden ist täglich mit Demenz konfrontiert.

Demenz – was ist das?

Der Begriff "Demenz" steht nicht für eine einzige Krankheit, sondern beschreibt ein bestimmtes Muster von Symptomen ("Syndrom"). Auf die Frage, wie Demenzerkrankungen verlaufen, gibt es keine allgemeine Antwort. Allen **unterschiedlichen Formen von Demenz** gemeinsam ist, dass geistige Funktionen wie Denken, Erinnern, Orientierung und das Verknüpfen von Denkinhalten zunehmend nachlassen. Mit dem Fortschreiten der Erkrankung **verändern sich Fähigkeiten, Verhaltensweisen und** auch schon bestehende **Einschränkungen** auf unterschiedliche Art und Weise. Dies bedeutet, dass Menschen mit Demenz zwar krank sind und bestmöglicher Behandlung bedürfen, aber in erster Linie **Menschen mit individuellen Eigenschaften und Fähigkeiten**, deren Selbstständigkeit und Würde es zu stützen und zu fördern gilt.

Gut leben mit Demenz – die Österreichische Demenzstrategie

Im Jahr 2015 entwickelten rund 70 Personen aus Politik, Wissenschaft und Praxis im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit und Frauen und des Sozialministeriums gemeinsam mit Betroffenen die Österreichische Demenzstrategie. Mit **sieben Zielen** soll erreicht werden, dass die Lebenssituation von Menschen mit unterschiedlichen demenziellen Beeinträchtigungen, aber auch jene von An- und Zugehörigen erleichtert und verbessert wird. Den Wirkungszielen sind **21 Handlungsempfehlungen** zugeordnet.

Die sieben Wirkungsziele der Österreichischen Demenzstrategie Gut leben mit Demenz

Quelle: GÖG

[1]Höfler Sabine et.al. (2015) Österreichischer Demenzbericht 2014. Bundesministerium für Gesundheit und Sozialministerium. Wien
[2]Annahme des Anteils an der Gesamtbevölkerung rund 1,5 Prozent

Warum sind die Städte und Gemeinden für Menschen mit demenziellen Beeinträchtigungen so wichtig?

Die Lebenssituation der Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen und Freunde zu verbessern heißt in ihrem engeren Lebens- und Wohnumfeld ansetzen und handeln. Dies gilt für Menschen, die noch zu Hause leben, gleichermaßen wie für jene, die in einer stationären Einrichtung wohnen.

Um **Teilhabe und Selbstbestimmung von Betroffenen** sicherstellen zu können, ist es notwendig das nahe Umfeld, also den Stadtteil, die Gemeinde, das Dorf so zu gestalten, dass alle Menschen am sozialen Leben teilnehmen können und **Bewusstsein in der Nachbarschaft** zu schaffen, das für ein achtsames Miteinander sensibilisiert.

Menschen mit Demenz haben die gleichen Bedürfnisse wie Menschen ohne Demenz.

Sie wollen so lange wie möglich selbstständig und selbstbestimmt leben, einkaufen gehen, ihrem Hobby nachgehen, in der vertrauten Wohnumgebung bleiben.

Dazu muss das **Verständnis für die Betroffenen** gefördert werden, mit leicht verständlicher Information und Sensibilisierung auf allen Ebenen der Gesellschaft, und zwar da, wo wir alle unseren Alltag leben: in der Bank, im Supermarkt, im öffentlichen Verkehr, in der Apotheke.

Innen- und Außenräume müssen so gestaltet sein, dass sich Menschen mit Demenz orientieren können: die **Gestaltung von Straßen, Parks und öffentlichen Gebäuden** spielt dabei eine wichtige Rolle.

Demenzfreundlich – was Sie in Ihrer Gemeinde tun können

In Österreich gibt es bereits eine Reihe guter Beispiele in Städten und Gemeinden, in denen sich die **Bürgerinnen und Bürger engagieren**, aktiv werden und neue Ideen entwickeln. Sie brauchen im Stadtteil, in der Gemeinde die Mithilfe aller. Erfolgreich sind in der Praxis solche Initiativen, die von Verantwortungsträgern (Bezirksrat, Gemeinderat) lanciert und unterstützt werden. Wir stellen hier einige dieser Initiativen vor, weitere Informationen und Handreichungen finden Sie auch auf der Website www.demenz-strategie.at

Die **Aktion Demenz in Vorarlberg** ist eine breit angelegte und seit 2008 bestehende Initiative: In 25 Modellgemeinden setzen Projektgruppen für ihre Region Maßnahmen, um den Betroffenen und ihren Angehörigen ein demenzfreundliches Umfeld zu schaffen. In **Wien** sind nunmehr sieben Bezirke aktiv ihr Umfeld demenzfreundlich zu gestalten; im Herbst 2015 startete das Projekt *Demenzfreundliche Stadt **Salzburg***.

Als Multiplikatoren sollen Vereine, Dienstleister wie Supermärkte oder Friseure und Apotheken, Kirchen und Ärzte oder Pflegeheime und mobile Dienste gewonnen werden.

Im Rahmen des Pilotprojektes **Demenzfreundliche Apotheke** wurde eine Toolbox entwickelt, die nun allen Interessierten zur Verfügung steht und Informationen und Materialien für Apotheken, aber auch betreuende Angehörige, Menschen mit Demenz und die interessierte Öffentlichkeit beinhaltet.

Im Rahmen des Projektes **Einsatz Demenz** wurde ein Lernprogramm für Exekutivbeamte, Polizisten und Polizistinnen entwickelt, mit dem Ziel, entsprechend auf Bedürfnisse von Menschen mit Demenz reagieren zu können, da gerade sie die ersten Ansprechpersonen in Krisensituationen sind.

Im Handbuch **Ein bewegtes Leben für Menschen mit Demenz** liegt der Schwerpunkt neben konkreten Handlungsanleitungen zur Durchführung unterschiedlicher Bewegungsaktivitäten auch darin mögliche Wege aufzuzeigen, wie Bewegungssituationen für Menschen mit Demenz freudvoll und bedürfnisgerecht gestaltet werden können. Es wurde für Pflegeheime entwickelt, kann aber auch Sport- und Turnvereine unterstützen, ihr Angebot entsprechend auszurichten.

Derzeit werden mit Umsetzung der Demenzstrategie Leitlinien und Handlungsleitfäden entwickelt, die die Mobilität von Menschen mit demenziellen Beeinträchtigungen und Vergesslichkeit im **öffentlichen Verkehr** verbessern sollen. Nach Projektabschluss werden die Leitfäden auf der Website www.demenzstrategie.at zur Verfügung stehen.

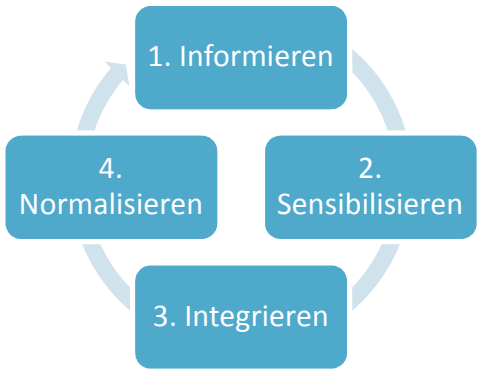
Demenzcafés wie auch Selbsthilfegruppen oder gemeinsame Mittagstische in den umliegenden Gasthäusern tragen in vielen Gemeinden und Städten dazu bei, das Miteinander aller Menschen in einer Gemeinde / einem Stadtteil zu fördern und zu unterstützen und pflegende Angehörige zu entlasten. Im Projekt **Spaziergänger** holen speziell geschulte Freiwillige Menschen mit Demenz zu einem Spaziergang ab und bringen diese auch wieder nach Hause. **Organisierte Ausflüge** von Menschen mit und ohne Demenz z. B. auch Radausflüge mit einem Tandem ermöglichen es allen Menschen in einem Stadtteil und in einer Gemeinde an sportlichen Aktivitäten teilzunehmen.

Welche Vorgangsweise und welche **Maßnahmen in Ihrer Stadt/Gemeinde** die richtige ist, können Sie selbst am besten beurteilen. Die angeführten Beispiele sollen motivieren und als Denkanstoß dienen. Ideen zur Umsetzung zu bringen und auch in das Gemeinwesen zu integrieren und von den Bürgerinnen und Bürgern angenommen zu werden, setzt aber voraus, **alle Betroffenen** – seien es engagierte Menschen, pflegende Angehörige und die Menschen mit Vergesslichkeit und demenziellen Beeinträchtigungen – **von Beginn an in die Planung von Maßnahmen miteinzubeziehen**.

„Oftmals wird darüber gesprochen [von Angehörigen], was für mich gut ist und es wird nicht mit mir geredet, dann habe ich das Gefühl, dass mir mein „Selbstsein" ein bisschen weggeschnitten wird" (Interview mit einem Menschen mit demenzieller Beeinträchtigung während des Erarbeitungsprozesses der Demenzstrategie)

Erfahrungen aus der Praxis zeigen, dass der Zyklus „(1) Information an alle (2) Sensibilisierung durch Einbeziehung aller (3) Integration von Maßnahmen in der Gemeinde und (4) Normalisierung" immer wieder angestoßen werden muss, um Projekte und Initiativen am Leben zu erhalten.

Projekte kontinuierlich betreiben durch laufende Information und Sensibilisierung



Quelle: GÖG

„Man muss den Leuten Mut machen, dass alt werden auch ganz schön sein kann. […] Von wegen Rahmenbedingungen, das habe ich mir auch aufgeschrieben, man muss auch den Mut haben aus dem Rahmen zu fallen. Also aus dem Rahmen rausfallen kann man auch ohne Demenz, aber mit Demenz wird's leichter. Und das halte ich für gar nicht so blöd. Aus dem Rahmen rausgehen, heißt auch ein bisschen aus dem Gefängnis heraus. Dass das aus dem Rahmenfallen auch positiv gesehen wird, das müsste man vermitteln." (Interview mit Menschen mit demenziellen Beeinträchtigungen im Rahmen der Konsultation zur Demenzstrategie)

Hilfreiche Informationen und Links

Informationen zur **Demenzstrategie**: www.demenzstrategie.at

Gedächtnisambulanzen in den Bundesländern – Beratung, Früherkennung und Diagnose: https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/gehirn-nerven/demenz/gedaechtnisambulanzen

Alzheimer Austria – Beratung, Information, Selbsthilfe: http://www.alzheimer-selbsthilfe.at/

IG pflegender Angehöriger – Beratung, Information für Angehörige: www.ig-pflege.at

Informationen zu Pflege und Betreuung:
https://www.sozialministerium.at/Demenz

Österreichischer Behindertenrat: www.behindertenrat.at

Pro Senectute: www.prosenectute.at

Bundesweite Organisationen – Soziale Dienste:

- Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs: ***www.samariterbund.net***
- Caritas Österreich: ***www.caritas.at***
- Diakonie Österreich: ***www.diakonie.at***
- Hilfswerk Österreich: ***www.hilfswerk.at***
- MAS Alzheimerhilfe: ***www.alzheimerhilfe.at***
- Österreichisches Rotes Kreuz: ***www.roteskreuz.at***
- Volkshilfe Österreich: ***www.volkshilfe.at***

Gesundheit Österreich GmbH

MINISTERIUM FRAUEN GESUNDHEIT

sozial MINISTERIUM