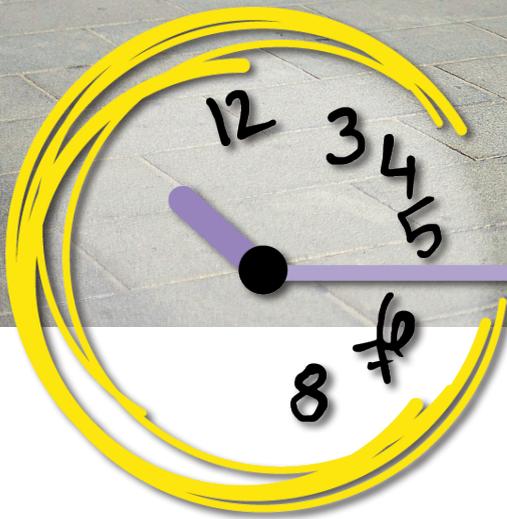


DEMENZ

eine Stimme geben

Betroffene und Angehörige fühlen sich oft stimmlos und unverstanden. Es fällt schwer, ohne Angst über Demenz zu sprechen. Nützen Sie die Gelegenheit für Beratung und Information, für Austausch und Unterstützung. Finden und erheben wir gemeinsam eine Stimme!

Foto: Vergissdeinnicht



Langer
TAG
der
Demenz
September 2023

www.langertagderdemenz.at

Auf der Website finden Sie das gesamte Programm in der Steiermark rund um den 21. September, Termine aus den Regionen sowie Informationen über Geschichte, Profil und Anliegen des „Langen Tages der Demenz“.

Info-Telefon:

Netzwerk Demenz Steiermark
Tel. 0664 / 8845 5222



Stigma und Angst von der Krankheit zu nehmen ist das Ziel des „Langen Tages der Demenz“.

Foto: Land Steiermark/Binder

Einladung

zum Langer Tag der Demenz.

Heuer begehen wir den „Langer Tag“ zum fünften Mal in Graz und zum ersten Mal steiermarkweit. Die Krankheit Demenz ist nach wie vor stark stigmatisiert. Obwohl fast jeder Zweite einen Menschen mit Demenz kennt, glauben – laut einer internationalen Studie – zwei von drei Menschen und 62 Prozent der Ärzte, dass Demenz ein normaler Teil des Alterns ist. Die Studie zeigt auch, dass das Stigma rund um die Demenz Menschen davon abhält, nach Informationen, Beratung, Unterstützung und medizinischer Behandlung zu suchen, die die Länge und die Qualität ihres Lebens in dramatischer Weise verbessern könnten.

Der „Lange Tag der Demenz“ soll seinen Beitrag leisten, Menschen mehr über diese Erkrankung aufzuklären und zu informieren. In der Demenz gibt es ganz viele Jahre, wo es bereits gewisse Defizite gibt wie Vergessen, Verlegen, sozialen Rückzug oder Stimmungsschwankungen, wo aber zugleich der gemeinsame Alltag noch sehr gut bewältigt wird. Diese Zeit gilt es zu nützen, indem man entsprechende Hilfen aufbaut, die ein eigenständiges Leben, solange es geht, ermöglichen. Der „Lange Tag“ soll helfen, das Stigma und die Angst von dieser Krankheit zu nehmen und Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen einen Platz mitten in der Gesellschaft zu geben. Diese Beilage im SONNTAGSBLATT gibt Ihnen die Möglichkeit, sich über die einzelnen Programmpunkte in Ihrer Region zu informieren und ins Gespräch zu kommen, um Demenz eine Stimme zu geben.

Mag. Claudia Knopper,
Obfrau Netzwerk Demenz Steiermark

Seelsorge und der Lange Tag

Das Leben zu feiern ist angesichts von Demenz mit all ihren Herausforderungen wichtig.

Ökumenische Gottesdienste mit allen Sinnen sind daher von Beginn an ein wesentliches Element des „Langen Tages der Demenz“. Seelsorger/innen in Familien, Gemeinden, Krankenhäusern oder Pflegeheimen haben zudem oft eine lange und intensive Beziehung zu Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen



Gottesdienste mit allen Sinnen: Die Pastoralreferentin Bärbel Wilding arbeitet in der ökumenischen Vorbereitungsgruppe mit.

Foto: Vergissdeinnicht

gen und tragen daher Wesentliches dazu bei, Menschen und ihre Bedürfnisse ins Zentrum des „Langen Tages“ zu stellen.

„Es sind Momente der Erinnerung. Menschen, die in der Demenz bereits Sprachstörungen haben, beten mit mir gemeinsam auf einmal das Vater unser“, so Bärbel Wilding, Pastoralreferentin in einigen Senioren- und Pflegeheimen. „Durch die Erinnerung entsteht Identität, und da gibt es dann keine Angst. Im Gottesdienst spürt man, dass das, was lange getragen hat, auch jetzt trägt. Ich engagiere mich für demenzsensible Gottesdienste, um zu zeigen, dass die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz mitten in die Gemeinde gehören, damit sie sich angenommen und beheimatet fühlen.“

Hoffnung, Freude, Geborgenheit und Beheimatung sind für Menschen mit und ohne Demenz gleichermaßen wichtig für ein erfülltes Leben. Bei Gottesdiensten wird gemeinsam unter Berücksichtigung der jeweiligen Bedürfnisse und Ressourcen gefeiert – auch heuer wieder am „Langer Tag der Demenz“.

Das ökumenische **Praxishandbuch für Gottesdienste mit Menschen mit Demenz** und alle, die solidarisch mitfeiern wollen, kann bezogen werden unter: seelsorge.gesellschaft@graz-seckau.at

Ein Gemeinschaftsprojekt

Ein WIR ist stärker als ein ICH. Der „Lange Tag“ folgt daher der Philosophie: eine Vision und viele Veranstalter! In vielen steirischen Regionen organisieren Einzelpersonen, Institutionen oder Netzwerke Veranstaltungen, ganz nach den Bedürfnissen und Rahmenbedingungen vor Ort, um Betroffenen, deren An- und Zugehörigen, Interessierten und der Gesellschaft Möglichkeiten und Perspektiven für ein gutes Leben mit Demenz aufzuzeigen. Diese Netzwerke engagieren sich das ganze Jahr über für ein gutes Leben mit Demenz.



Vernetzung und Austausch bei Info am Markt gehören zum „Langer Tag der Demenz“.

Foto: Salon Deluxe

„Gemeinsam ist man stärker und mit mehr Freude dabei. Es ist ein schwieriges Thema, und einer allein kann nicht alles. Im Netzwerk finden sich viele Bereiche und Zugänge – man kennt sich und tauscht sich aus, das macht es leichter“, so Gerhard Ziegler, Koordinator des Netzwerks/Forum Demenz in Weiz.

Demenz passiert im unmittelbaren Lebensraum eines Betroffenen und seiner An- und Zugehörigen. Jeder erkrankte Mensch ist besonders und einzigartig, zugleich werden Familiensysteme vor ähnliche Herausforderungen gestellt. Die individuellen Bedürfnisse der Menschen vor Ort zu sehen und gemeinsam Lösungen zu finden, ist Aufgabe und Chance eines regionalen Netzwerks. Ihre Mitglieder gehören vielen unterschiedlichen Professionen an und ermöglichen durch ihr Wissen und ihre Erfahrungen verschiedene Blickwinkel und Hilfestellungen. „Die Stärke Österreichs liegt in der Vielfalt seiner Regionen“, hat Erzherzog Johann gesagt. Das gilt besonders auch in Hinblick auf ein gemeinsames Netz mit vielen Knoten in der Demenz.

ENNSTAL UND AUSSEERLAND

So, 17. 9.: 10 Uhr: **Gottesdienst**, abschließend „Come together“ am Kirchplatz; Liezen, Kath. Kirchplatz

Di, 19. 9.: 13.30 Uhr: **Führung** durch den Ort und die Kirche mit Kirchenführer Alois Perl, anschließend Kaffee und Kuchen in der Greißlerei, Kosten: 10 Euro; Pürgg

Do, 21. 9.: 13.30 Uhr: **Kino**, Film mit Peter Alexander, anschl. Kaffee und Kuchen, Kosten: 10 Euro; Gröbming, Kinofoyer

Mo, 25. 9.: 13.30 Uhr: **Führung** durch den Alpengarten und **Kreativnachmittag**, Kosten: 10 Euro; Bad Aussee, Alpengarten

MURAU/MURTAL

Fr, 15. 9.: 17.30 Uhr: **Demenzvortrag** mit Andrea Schnedl (verbunden mit Angehörigenabend); St. Marein b. Knittelfeld, Pflegewohnhaus Wasserleith, Weinmeisterweg 2, **Anmeldung: 03515/48985-100**

OBERSTEIERMARK OST

Do, 21. 9.: 9–11 Uhr: **Tipps für Angehörige** zum Umgang mit Demenz; Kapfenberg, Büro der Community Nurses, Wiener Straße 6

Fr, 22. 9.: 9–12 Uhr: **Infostand** am Markt; Bauernmarkt Leoben, Kirchplatz und umliegende Straßen

STEIERMARK MITTE

Do, 21. 9.: 15 Uhr: „Der MENSch Zählt“ **Erzähl-Café**; Generationenhaus Gratwein, Hauptplatz 5, **Anmeldung: 0676/8663-2456**

Do, 21. 9.: 18–19.30 Uhr: Nur ein bisschen vergesslich oder schon dement? **Vortrag** von Dr. Klaus Melin, Neurologe; Generationenhaus Gratwein, Hauptplatz 5, **Anmeldung: 0676/8663 3456 bzw. team@clickin.cc**

Di, 26. 9.: 18 Uhr: „Herausforderndes Verhalten bei Demenz mit all seinen Facetten“, **Vortrag** mit Frau Dr. Körner; Voitsberg, Haus des Lebens, Conrad-von-Hötzendorf Straße 25

Di, 3. 10.: 17 Uhr: „Neue Erkenntnisse zum Thema Demenz“, **Vortrag** mit Dr. Eva-Maria Stögerer-Oberschmied; Pflegewohnhaus Hitzendorf, Hitzendorf 292, **Anmeldung (bis 29. 9.): 0313 720996**

GRAZ

Mi, 20. 9.: 17–18 Uhr: Demenz begreifen – ein **Erlebnisparcours**; Fachhochschule Joanneum, Eggenberger Allee 11, Audimax

Mi, 20. 9.: 18 Uhr: **Vortrag** mit Rudolf Anshober – Brücken bauen; Fachhochschule Joanneum, Eggenberger Allee 11, Audimax

Do, 21. 9.: 8–13 Uhr: **Info am Markt** – Hilfe und Unterstützung finden; Kaiser-Josef-Platz

Do, 21. 9.: 14.30–17 Uhr: **Ökumenischer Gottesdienst** mit allen Sinnen, mit anschließender Agape; Marienkirche & Pflegeheim SeneCura Graz-Lend

Do, 21. 9.: 15–16.30 Uhr: Demenz verstehen, **Vortrag** in leichtem Deutsch; Frauenservice, Lendplatz 38

Do, 21. 9.: 18.30 Uhr: **Kinovorstellung** „Vier Wände für Zwei“; KIZ Royal, Conrad-von-Hötzendorf-Str. 10, **Anmeldung: stadtrat.krotzer@stadt.graz.at**

Fr, 22. 9.: 10.30–12.30 Uhr: Musik mit Herz, **Matinée im Rathaus** mit Live Musik; Rathaus, Gemeinderatssitzungssaal, **Anmeldung: 0676/4520-400 bzw. info@steirische-alzheimerhilfe.at**

Fr, 22. 9.: 12.30 Uhr, **Demenz eine Stimme geben**; Hauptplatz

Do, 28. 9.: 16–19 Uhr: **Tag der offenen Tür**; Demenz-Tageszentrum Elisa, Elisabethnergasse 31

OSTSTEIERMARK

Do, 14. 9.: 17–19 Uhr: Austauschnachmittag, „SALZ“, **Gesprächsrunde** für Angehörige; Hartberg, Soziale Dienste, Ressavarstraße 14

So, 17. 9.: 9 Uhr: Demenzfreundlicher **Gottesdienst** – mit allen Sinnen; Vorau, Stiftskirche

Mo, 18. 9.: 18–21 Uhr: „Symbolgottesdienste“, **Workshop** mit Veronika Schweiger-Mauschitz; Haus der Frauen, St. Johann bei Herberstein 7

Mo, 18. 9.: 19 Uhr: **Film** „Mitgefühl“; Weiz, Cineplex-Kino

Di, 19. 9.: 19 Uhr: Diagnose Demenz – und jetzt?, **Vortrag** von DGKP Maria Milchrahm vom Team Leben mit Demenz; Hofkirchen, Stefaniensaal, Hofkirchen 191

Mi, 20. 9.: 14.30 Uhr, **Gottesdienst** „Mit allen Sinnen“; Weiz, Basilika am Weizberg

Mi, 20. 9.: 15–18 Uhr: **Infostand** am Bauernmarkt; Fürstenfeld, Hauptplatz

Mi, 20. 9.: 18.30 Uhr: Demenz – ein interaktiver Informationsabend, **Vortrag** Dr. Ronald Saurugg „Medizinische Seite der Demenz“ sowie **Informationsparcours**; Vorau, Marienkrankenhaus, Kapitelsaal

Do, 21. 9.: 9–11 Uhr, **Infostand**; Weiz, Steirer Apotheke, Hans-Sutter-Gasse 1

Do, 21. 9.: 14–16 Uhr, **Infostand**, Weiz, Apotheke Weiz, Kaplanweg 14

Do, 21. 9.: 18.30 Uhr, **Vortrag** und **Infostand** für alle am Thema Demenz Interessierten; Weiz, Kunsthaus, Hannes Schwarz-Saal, Rathausgasse 3

Fr, 22. 9.: 9–12 Uhr: **Infostand** im Hatrik; Hartberg, Hatrik 8

Fr, 22. 9.: 19 Uhr, „Ich möchte Dich verstehen ...“, Umgang mit Demenzerkrankungen, **Erfahrungsaustausch und Infoabend** mit Elke Reichmann; Bad Loipersdorf, Pfarrheim

Sa, 23. 9.: 9 Uhr, „Brainwalk“, gemütliche Wanderung, um unsere grauen Zellen zu aktivieren, mit Romana Laschalt, freiwillige Spende; Fürstenfeld, Festplatz/Uferweg, **Anmeldung (bis 16. 9.): 0660/8327 060 bzw. laschalt-demenzinfo@drei.at**

Di, 26. 9.: 10–12 Uhr: Treffpunkt – Übung macht das Leben, für Menschen mit beginnender Vergesslichkeit, **Schnupperstunde und Austausch**; Hartberg, Soziale Dienste, Ressavarstraße 14

Di, 26. 9.: 14–16 Uhr: Kunterbunt AKTIV für Menschen mit Demenz, **Vorstellung** des Angebotes und **Austausch**; Hartberg, Soziale Dienste, Ressavarstraße 14

Di, 26. 9.: 19 Uhr: Tatkraft – „Weil duan guat duat“, sinnerfüllter Alltag – Beschäftigungsmöglichkeiten, **Vortrag** mit Astrid Kerschenbauer BSc, Ergo-Therapeutin; Rohrbach a. d. Lafnitz, Pfarrhof

Mi, 27. 9.: 14–16 Uhr: **Tag der offenen Gartentür**, Natur erleben mit allen Sinnen – ohne Gefahren; Hartberg, Seniorenhaus Menda, Am Sonnenhang 1

Mi, 27. 9.: 18 Uhr: „Vergesslichkeit – oder doch schon mehr?“ **Infoabend** mit DGKP Maria Milchrahm; Grafendorf bei Hartberg, Gasthof Schöngrundner, Am Bahnhof 24

Fr, 29. 9.: 19 Uhr: Altern ist nichts für Feiglinge! Heiter-besinnlicher **Vortrag** mit Regina Stampfl; Bad Waltersdorf, Pfarr-Gemeinde-Haus

So, 1. 10.: 10 Uhr: Demenzfreundlicher Symbolgottesdienst, **Wortgottesfeier**; Bad Waltersdorf

Do, 5. 10.: 19 Uhr: Strahlend alt werden, **Vortrag**; Hartberg, Gasthaus Pack, Josef-Hallamayr-Straße 30

SÜDOSTSTEIERMARK

Mi, 20. 9.: 14–16 Uhr: **Seniorencafé** zum Thema Demenz, beginnend mit einem kurzen Film, anschließend können Sie sich bei mehreren Stationen über Ernährung, Schmerzen, Hilfsmittel und hilfreiche Tipps für den Alltag informieren; Bad Gleichenberg, FH Joanneum, Kaiser-Franz-Josef-Straße 24

Fr, 22. 9.: 13.30–15.30: Herausforderung Demenz, **Vortrag** mit Andrea Schnedl über Alltagstipps für Angehörige von demenziell erkrankten Personen; St. Peter am Ottersbach, Pflegewohnhaus, Hauptstraße 26, **Anmeldung (20. 9.): 03477/299 45**

SÜDWESTSTEIERMARK

Di, 19. 9.: 18 Uhr: „Eines Tages“, ein Spielfilm über Menschen mit Demenz, **Film und Podiumsdiskussion**; Leibnitz, Kulturzentrum, Carl-Rotky-Saal, Kaspar-Harb-Gasse 4

Mi, 20. 9.: 15–17.30 Uhr: **Infonachmittag** Demenz; Leibnitz, Wohnzimmer Leibnitz, Grazer Gasse 2

Mi, 20. 9.: 18 Uhr: **Ökumenischer Gottesdienst** „mit allen Sinnen“; Leibnitz, Stadtpfarrkirche



Präsentation des „Langen Tages“ in Leibnitz.

Foto: Rosegger

Do, 21. 9.: 18 Uhr: „Die medizinische Seite von Demenz – einer Krankheit begegnen“, **Vortrag** Dr. Gerald Merth; Leibnitz, Wohnzimmer Leibnitz, Grazer Gasse 2

Do, 21. 9.: 18 Uhr: „Wissenswertes im Umgang mit demenziell erkrankten Personen“, **Vortrag**, verbunden mit Angehörigenabend; Wies, Pflegewohnhaus, Schlossbergblick 5, **Anmeldung: 03465/4750**

Fr, 29. 9.: 15 Uhr: Angehörigennachmittag und **Vortrag** mit Andrea Schnedl „Alles rund um das Thema Demenz“; Preiding, Pflegewohnhaus, Bindergasse 14, **Anmeldung: 03185/28 468**



► Rudolf Anshober – Brücken bauen

Mittwoch, 20. September, 18 Uhr

Rudolf „Rudi“ Anshober, Bundesminister a. D., spricht aus seiner Erfahrung als Angehöriger, aber auch als Minister über Perspektiven in der Versorgung von Menschen mit Demenz und zur Bewältigung damit verbundener gesellschaftlicher Herausforderungen. Ab 17 Uhr gibt es einen Erlebnisparcours „Demenz begreifen“ ► Fachhochschule Joanneum, Audimax, Eggenberger Allee 11, 8020 Graz



Demenz eine Stimme zu geben bedeutet:

Keine Angst zu haben, darüber zu sprechen, wenn Dinge auf einmal nicht mehr funktionieren, wenn man etwas vergisst oder glaubt, mit einem lieben Menschen „stimmt etwas nicht“. Leider ist nicht immer klar, wie man nun zu einer fundierten Diagnose oder einer adäquaten Behandlung kommt. Gerade im ländlichen Bereich teilen betroffene Familien noch immer mit, dass sie sich allein gelassen fühlen und nur schwer zu passenden Informationen kommen.

Keine Angst davor zu haben, Hilfe „von außen“ anzunehmen. Wenn Hilfe sehr spät gesucht wird, ist das Familiensystem bereits so sehr belastet und ausgereizt, dass Unterstützung von außen im häuslichen Bereich nur mehr schwer integrierbar ist. Gerade in einem frühen Stadium wäre stundenweise Betreuung essenziell. Demenz ist eine Erkrankung, die viele Facetten hat. Neben Medizin, Pflege und Therapie kommen ergänzend auch Fragen betreffend Barrierefreiheit, Finanzen, Mobilität, Recht oder Wohnen hinzu.

Keine Angst davor zu haben, „dass alles ganz furchtbar wird“. Aufgrund der Tatsache, dass Demenz bis heute als unheilbar gilt, ist in nicht wenigen Fällen die Frage ungeklärt, wie es für Betroffene und ihre Angehörigen nach der Diagnose weitergeht. Ein Behandlungsplan, der einzelne Schritte zu medizinischen bzw. therapeutischen Möglichkeiten umfasst, fehlt oft. Zugleich gibt es viele Möglichkeiten, den Verlauf der Krankheit zu verlangsamen und zugleich den Alltag gut bewältigen zu können: medizintechnische Dienste wie Diätologie, Ergotherapie, Logopädie oder Psychotherapie helfen, möglichst lange selbstbestimmt leben zu können.

Die Stimme erheben

„Demenz eine Stimme geben.“

Unter diesem Leitwort findet heuer der „Lange Tag“ an rund 20 Standorten in der Steiermark statt.

Mit den Aktionstagen rund um den Weltalzheimertag am 21. September soll steiermarkweit bewusst gemacht werden, dass Menschen mit Demenz und ihren An- und Zugehörigen ein Platz, eine Stimme mitten in der Gesellschaft gebührt. Schirmherrin des „Langen Tages der Demenz“ in der Steiermark ist Landesrätin Dr. Juliane Bogner-Strauß. Der „Lange Tag“, der in Graz von „Vergissdeinnicht – Netzwerk Demenzhilfe“ 2018 entwickelt wurde, richtet sich gleichermaßen an Betroffene und Angehörige, Professionist/innen und die Öffentlichkeit.

Wer keine Stimme hat, verliert seinen Platz in der Gesellschaft. Mit Betroffenen wird oft nicht mehr gesprochen. Aus Angst, etwas Falsches zu sagen. Manchmal auch in der Meinung, ein Mensch mit Demenz würde eh nichts mehr verstehen. Man spricht lieber mit den Angehörigen über ihn oder sie – so als ob die Person nicht mehr existieren würde. Dabei hat sie lediglich eine Krankheit und ist weiterhin ein Mensch mit Würde.

Aber auch als Angehöriger fühlt man sich oft stimmlos. Meine Eltern sind beide betroffen und ich weiß nicht, wie ich ausdrücken soll, was sich in ihrem Leben verändert. Ich meine nicht simple Fakten, sondern was sich wirklich verändert in unserer Beziehung, unseren Gesprächen, unserer Familie. Und ich fühle mich stimmlos, weil unverstanden – an Kundenhotlines, bei Institutionen, beim Versuch, für unsere Familie einen möglichst guten Weg zu finden. Vielen anderen Angehörigen eines Menschen mit Demenz geht es ebenso.

Stimmlos sind wir jedoch oft auch als Gesellschaft. Viele Betroffene und mit ihnen ihre Angehörigen ziehen sich aus Scham zurück. Sie haben Angst, in der Öffentlichkeit Fehler zu machen oder etwas Unpassendes zu sagen. Sie haben Angst, verurteilt und stigmatisiert zu werden. So verlieren sie viele soziale Kontakte, die ihnen Halt gegeben haben. Soziale Isolation ist einer der Hauptgründe für einen schnelleren Verlauf von Demenz.

Niemand muss sich schämen

Für viele Institutionen, auch im Gesundheitswesen, sind Menschen mit Demenz eine Herausforderung, die Strukturen an ihre Grenzen führen. Weitere aktuelle Fragen, wie der Personalmangel in verschiedenen Bereichen, tun ihr Übriges dazu, die Versorgungskette für Betroffene und Angehörige zu dehnen. Aber die Kette wird auch für jene brüchig, die sie in ihren verschiedenen Professionen in Medizin, Pflege, Therapie oder Verwaltung tragen.

Es ist wichtig, darüber zu sprechen, Angst, Scham und Tabu von der Krankheit zu nehmen. Niemand braucht sich zu schämen, weder für Unwissen noch für Fehler noch für Überforderung. Und es ist wichtig, gemeinsam nach Lösungen zu suchen, die helfen, die Lebensqualität für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen zu verbessern und ihre Versorgung bedürfnisorientiert zu stärken.

Demenz eine Stimme zu geben bedeutet daher, unsere Gesellschaft zu sensibilisieren und zu verändern, dass sich Betroffene und Angehörige, so wie sie sind, integriert und beheimatet fühlen. Es geht darum, unser gemeinsames Haus für sie offen und barrierefrei zu machen – und nicht sie für vorhandene Rahmenbedingungen „passend zu machen“.

PETER ROSEGGER

Geschäftsführer Netzwerk Demenz Steiermark



Herzlichen Dank unserer Schirmherrin Landesrätin Dr. Juliane Bogner-Strauß und allen UnterstützerInnen, die zum Gelingen des „Langen Tages der Demenz“ in der Steiermark beitragen.

Foto: Vergissdeinnicht

Redaktion der Beilage
Langer Tag der Demenz –
September 2023:
Peter Rosegger,
Geschäftsführer Netz-
werk Demenz Steier-
mark; Layout: Ingrid Hohl