



ASAA EO
ODV
Alzheimer Südtirol Alto Adige

ASAA Alzheimer – Südtirol – Alto Adige – eo/odv

Casa Altmann-Haus / Grieser Platz 18 / Piazza Gries
39100 Bozen / Bolzano * Tel. +39 0471 051 951 * info@asaa.it
Pec: alzheimer-asaa@pec.it * www.alzheimer.bz.it

Vereinsnachrichten 2/2024

Aktuelle Vereinsnachrichten

Bericht des Präsidenten von der Vollversammlung 2024

Mit großer Freude betone ich in meiner Funktion als Präsident des Vereins Alzheimer Südtirol, dass die heurige Mitgliederversammlung am 19.04.2024 viel Genugtuung mit sich brachte. Zum einen waren rund 60 Mitglieder vor Ort anwesend, zum anderen konnten wir die drei neuen Mitglieder in der Südtiroler Landesregierung, und zwar die Landesrätinnen Rosmarie Pamer, die unter anderem für Soziales, Familie und das Ehrenamt, Ulli Mair für Sicherheit und Wohnbau sowie Landesrat Hubert Messner, der für den Bereich Gesundheit verantwortlich zeichnet, begrüßen und ihnen unsere Anliegen direkt vortragen. In den letzten Jahren hat unser Verein an verschiedenen Fronten Initiativen ergriffen und Dienstleistungen durchgeführt, die sich bewährt haben und vom Zielpublikum – den pflegenden Angehörigen Demenzkranker und ebenso von Betreuer/innen – geschätzt werden. Deshalb soll bei entsprechenden Mitteln auch weiter durchgeführt bzw. mit Anpassungen fortgesetzt werden, was sich bewährt hat.

Teilhabe für Menschen mit Demenz und für ihre Angehörigen braucht Sensibilität und Offenheit und bedeutet flexibel auf Hürden im Alltag zu reagieren. Verbunden bleiben kann man überall: im Chor, in der Theatergruppe, im Gottesdienst, im Restaurant oder einfach in der Hausgemeinschaft – trotz und mit Demenz. Der Rahmen muss vielleicht ein anderer sein, nicht aber der Mensch! Verbunden zu bleiben ist daher so wichtig!

Zudem gilt es, sich für Folgendes einzusetzen:

- Dringende Neu-Ausrichtung der Pflegeeinstufung für Demenzkranke
- Finanzielle Hilfestellungen und Ausgleichzahlungen bei Überschreitung von Wartezeiten
- Besserer Zugang zu sozio-sanitären Leistungen und effiziente Entlastungsangebote
- Echte Vereinbarkeit von Beruf und Pflege

In dieser Ausgabe:

- Bericht des Präsidenten von der Vollversammlung 2024
- Selbsthilfegruppe Bozen
- Unterhaltungsnachmittage im Grieserhof
- Sentemente in Bozen
- Männergruppe in Bozen
- Im Vinschgau
- Informationsabende über die Demenz
- Vorankündigung zum Welt-Alzheimerstag 2024
- Persönliche Gespräche - Informationsmaterial
- Mitgliedsbeitrag 2024
- Ehrenamtliche Mitarbeiter/innen
- Tipps zum Thema „Die Sommerhitze als zusätzliche Belastung“

- Anerkennung der Leistungen in der Pflege daheim für Rentenzwecke
- Schwerpunkt: Task-Force für Junge Demenzkranke
- Mehr Spezialisierung in der Selbsthilfe
- Anerkennung des Berufsbildes für die Pflege daheim
- Generationenpakt und attraktives Zeitbank-Modell
- Investitionen in die Forschung und praktische Studien
- Eine Beobachtungsstelle mit verlässlichen Daten.

Demenz im Kontext von Würde und Autonomie

- Die Würde ist dem Menschen gegeben, ist also unabhängig von der Bewusstseinslage eines Menschen oder einem bestimmten Kontext. In diesem Sinn ist Würde unverlierbar und muss bedingungslos respektiert werden.
- Steigende Anforderungen an Vernetzung ist ein zentraler Punkt in Bezug auf Demenz. Die verschiedenen Leistungserbringer – insbesondere Ärzte, Therapeuten, Pflegepersonen, Memory Klinik und Freiwillige – müssen Hand in Hand gehen, um eine möglichst niedrigschwellige und leicht erreichbare Stütze zu bieten.
- Pflegende Angehörige absichern und stärken
- Die pflegenden Angehörigen sollen eine professionelle Anlaufstelle für Demenzfragen aufsuchen können. Dadurch sollen diese neben Informationen zum Umgang mit dem Thema Demenz, auch Informationen über mögliche Entlastungsangebote erhalten.

Unser Wunsch an die Landesregierung:

- Schaffung einer Koordinationsstelle mit Einbindung der ASAA für Angehörige mit einem Notfallplan
- Sicherstellung von Entlastungsangeboten
- Förderung der Anerkennung der Leistung der pflegenden Angehörigen als gesellschaftlich und ökonomisch wertvoller Beitrag für die Gemeinschaft

Präsident Ulrich Seitz

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

Selbsthilfegruppe Bozen

Durch die Pandemie-Zeit haben sich in der Gesellschaft einige Verhaltensweisen im Umgang mit den Mitmenschen geändert.

Die Kommunikation hat sich teils per Online abgespielt und die Angehörigen von demenzkranken Menschen (selbst meist über 60) fühlten sich oft allein gelassen.

Der Verein ASAA möchte deshalb auf mehrfachen Wunsch die Treffen im Laufe des Jahres 2024 mit spezifischen Themen neugestalten und



als „**Informationstreffen für Angehörige von Menschen mit Demenzerkrankungen**“ bezeichnen und fortführen.

Die, vor allem praktischen Themen, sollen von einer Fachperson eingeführt, erläutert und anschließend mit den Teilnehmern in der Runde besprochen werden.

Die Treffen finden **weiterhin**

- **jeden ersten Montag im Monat in italienischer Sprache** und am
- **letzten Montag im Monat in deutscher Sprache** statt, und zwar am Sitz der ASAA **von 15.30 bis 17.30 Uhr** im Bürgerzentrum Gries, Haus Altmann, Grieser Platz 18, Bozen.

Kalender:

Juli: 29.07.2024 deutsch

Thema: **Die Beschäftigungstherapie:**

Die Ergotherapie befasst sich mit den Alltagsaktivitäten und dem Training der nötigen körperlichen und geistigen Fähigkeiten des demenzerkrankten Menschen.

Referent/in: Katrin Malfertheiner - Ergotherapeutin

August: Pause

September: 30.09.2024 deutsch

Thema: **Was sind Schluckbeschwerden bei Demenz.**

Wie kann man das Verhalten und die Hilfe bei der Nahrungsaufnahme und bei Flüssigkeitszufuhr verstehen und bei Beschwerden erlernen.

Referent/in: Kiener Irmgard - Logopädin

Oktober: 28.10.2024 deutsch

Thema: **Juridische Aspekte:** Die Rechte der betreuten Person, zivile und strafrechtliche Verantwortung, eventuelle wirtschaftliche Gegebenheiten und Willenserklärungen.

Referent/in: Dr. Kritzinger Alexander - Rechtsanwalt und Ulrich Seitz

November: 25.11.2024 deutsch

Thema: **Winter Grippezeit:**

Wie kann man sich vor einer Erkältung oder Grippe am besten schützen? Wirksamen Schutz vor einigen Infektionskrankheiten bieten zudem Impfungen. Darüber hinaus helfen einfache Hygienetipps, eine Ansteckung zu vermeiden.

Referent/in: Dr. Georg Untersulzner – Arzt

Dezember: 16.12.2024 deutsch * (Achtung vor Weihnachten)

Thema: **Schmerzen erkennen.**

Schmerzen haben eine Alarmfunktion, durch sie teilt der Körper mit, dass eine Verletzung oder eine Krankheit vorliegt. Wie erkennt man diese besser?

Referent/in: Frisch Elfriede – ehemalige Leiterin einer Demenzstation



2. Unterhaltungsnachmittage im Grieserhof Bozen

Der Verein ASAA organisiert in Zusammenarbeit mit dem Grieserhof **jeden 2. Dienstag im Monat einen Unterhaltungsnachmittag für Angehörige und ihre Lieben.**

Die Treffen finden zwischen 15.00 Uhr und 17.00 Uhr im Foyer des Grieserhofs statt.

Bei Spielen, Basteleien, Musik und Bewegung, sowie bei Kaffee und Kuchen, sind Unterhaltung und Spaß garantiert. Das Programm wird jeweils kurz vorher mit Flyer und auf unserer Homepage veröffentlicht. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Telefonische Anmeldung unter Tel. info@asaa.it oder der Grünen Nummer **800 660 561** ist erwünscht.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

3. Sentemente in Bozen

Ab Juli 2024 wird für Angehörige wieder das **Sentemente Caffè** weiter- geführt, immer mittwochs mit denselben Zeitdaten von 17.00 bis 19.00 Uhr.

Genaue Informationen erhalten Sie über die Grüne Nummer **800 660 561**, info@asaa.it oder Gaburri Anna Tel. 349 6114166.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

4. Männergruppe in Brixen

In Brixen trifft sich weiterhin die Männergruppe jeden 3. Mittwoch im Monat um 19.30 bis 21.00 Uhr. Der Austragungsort ist der Pfarrsaal Don Bosco in Brixen, Mozartallee 32.

Anmeldungen können über info@asaa.it oder Grüne Nr. 800 660 561 oder bei Kaiser Alexandra Tel. 347 6532303 vorgenommen werden.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

5. Im Vinschgau:

Jeden Dienstag von 9.00 bis 11.00 Uhr und Donnerstag von 17.00 bis 19.00 Uhr ist das **Sorgentelefon (+39 333 298 6884)** aktiviert.

Weiters werden monatlich laufend **Informationsabende über die Demenz** organisiert.

Das Jahresprogramm 2024 finden Sie auf unserer Homepage (www.alzheimer.bz.it)

Die Vorankündigungen werden auch einzeln rechtzeitig über die Medien angekündigt.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*



6. ASAA bietet auch Infoabende zur Sensibilisierung der Bevölkerung an.

Oft finden **kurzfristig Vorträge** auf Anfrage in Zusammenarbeit mit den lokalen Organisationen statt. Bei rechtzeitiger Mitteilung werden diese auf unsere Homepage gestellt.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

7. Vorankündigung zum Welt-Alzheimertag 2024

Wir begehen den Welt-Alzheimertag **heuer am 20. September in der Sparkasse-Academy**, Sparkassenstraße, Bozen.

Dazu ist als Hauptreferent der bekannte Neurowissenschaftler und Psychiater **Prof. Dr. Manfred Spitzer** eingeladen, der zum Thema „Demenz und künstliche Intelligenz“ referiert.

Außerdem erläutert der Biostatistiker **Dr. Markus Falk** „Die Datenlage im Alpenraum – von München bis Mailand, insbesondere die Entwicklung der Demenz in Südtirol“.

Das genaue Programm wird noch bekanntgegeben und auf unserer Homepage veröffentlicht.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*



8. Persönliche Gespräche - Informationsmaterial

bieten wir - wie gewohnt - auch weiterhin **auf Anfrage** unter Tel. 0471-051951 oder Grüne Nummer 800 660 561 an. Ebenso stellen wir auf Anfrage verschiedenes **Informationsmaterial** für Angehörige zur Verfügung.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

N.B.

Unsere Vereinsnachrichten erhalten Sie vierteljährlich mit einigen kurzen Tipps für Angehörige von demenzkranken Menschen. Die nächste Ausgabe erfolgt im September 2024.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

Zur Erinnerung:

Mitgliedsbeitrag 2024

Einigen treuen Mitgliedern ist es leider entgangen, den Mitgliedsbeitrag 2024 zu überweisen.

Nachstehend nochmals die Bankdaten für Ihre Überweisung:

IBAN: IT 45 A080 8111 6010 0030 1005 201 – Raiffeisen Bozen Gen.

- € 30,00 Jahresbeitrag Einzelmitgliedschaft

- € 50,00 Jahresbeitrag Familienmitglied

- ab € 50,00 Fördermitgliedschaft

Sollten Sie nicht mehr an einer Mitgliedschaft interessiert sein, bitten wir um eine kurze Mitteilung, auch über E-Mail.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_**

Um weitere Ideen zu verwirklichen, suchen wir ehrenamtliche Mitarbeiter/innen

Der Alzheimerverein startet ein neues Projekt, das wir **als Demenz-Café bezeichnen**. Wir möchten den Angehörigen von demenzkranken Menschen helfen, einen geselligen Nachmittag gemeinsam mit ihren Lieben zu verbringen und nebenbei auch Austauschmöglichkeiten mit den mitbetroffenen Angehörigen wahrzunehmen.

Auch die Selbsthilfegruppen möchten wir im neuen Jahr neugestalten. Die pflegenden Angehörigen der Betroffenen können Ihre Wünsche nach spezifischen Themen vortragen. Diese werden in den Treffen mit einer Fachperson begleitet und diskutiert. Um diese und andere Projekte zu ermöglichen, **suchen wir noch ehrenamtliche Mitarbeiter/innen, die sich sozial einbringen möchten.** **Wenn Sie sich eine solche Zusammenarbeit mit uns vorstellen können, melden sie sich bitte**

über info@asaa.it; [Tel: 0471 051951](tel:0471051951) oder Grüne Nr. 800 660 561

Unsere Bürozeiten sind Montag und Mittwoch von 15.00 bis 18.00 Uhr.

In der Hoffnung auf Ihre wertere Zusage danken wir für Ihr Interesse und freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit.



Die Sommerhitze als zusätzliche Belastung



Vor allem für Menschen mit Demenz kann die starke Hitzebelastung zu einem großen Gesundheitsrisiko werden, da sie nicht mehr angemessen auf die Hitze zu reagieren vermögen.

Besonders, wenn die Krankheit schon weiter fortgeschritten ist, brauchen Menschen mit Demenz eine Unterstützung darin, sich vor Hitzeschäden zu schützen. Wichtige Maßnahmen diesbezüglich sind eine Verbesserung der Flüssigkeitsaufnahme, die Anpassung an die Umgebungstemperatur und eine möglichst niedrige Wohnraumtemperatur.

Eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme ist für alle Menschen wichtig, um die Körperfunktionen aufrecht zu erhalten. Bei hohen Außentemperaturen steigt der Flüssigkeitsbedarf noch weiter, da durch vermehrtes Schwitzen auch mehr Flüssigkeit ausgeschieden wird. Bei einer Demenzerkrankung ist die Durstwahrnehmung zusätzlich verändert und der betroffene Mensch benötigt mehrere Tage zum Ausgleich, wenn er zu wenig getrunken hat.

Hier eine Übersicht, um einen Flüssigkeitsmangel zu erkennen:

- **Körperliche Anzeichen** wie: Trockene Haut, ein trockener Mund, trockene Schleimhäute, dunkler Urin, Verstopfung; Puls und Temperatur können erhöht sein, der Blutdruck ist oft niedriger als normal, Übelkeit und/oder Erbrechen können auftreten.
- **Verhaltensauffälligkeiten** wie: Die Person schläft auffällig wenig oder viel, sie hat ungewöhnliche Orientierungsstörungen zu Zeit oder Ort, kann sich schlechter konzentrieren als gewöhnlich, hat plötzlich optische Halluzinationen oder Wahnideen, wirkt verwirrt oder besonders ängstlich, kann einfache Alltagsaktivitäten weniger gut umsetzen als sonst. Die Verhaltensänderungen haben sich innerhalb von Stunden oder wenigen Tagen entwickelt.

Einige Tipps, um Menschen mit Demenz das Trinken zu erleichtern:

- Stellen Sie immer ein Getränk in Reichweite, auch in der Nacht.
- Denken Sie auch an das oft erschwerte Öffnen von Schraubverschlüssen.
- Steigern Sie die Trinkmenge bei Hitze um mindestens 500 ml.
- Setzen Sie auf salzhaltige Lebensmittel, da sie das Durstgefühl anregen und außerdem den Elektrolytverlust ausgleichen (klären Sie mit dem Vertrauensarzt die Dosierung von Diuretika oder ähnlich wirkenden Medikamenten in Hitzeperioden ab).
- Setzen Sie auf wasserhaltige Lebensmittel. Besonders viel Wasser enthalten Obst und Gemüse: Gurken, Wassermelonen, Blumenkohl, Auberginen, Zitrusfrüchte, Äpfel.
- Versüßen sie die Getränke. Wasser bietet wenig Anreiz, da es nach nichts schmeckt. Bieten Sie zum Beispiel Apfelsaft an.
- Trinken Sie gemeinsam mit der Person, so fühlt sie sich durch die ständigen Trinkangebote weniger bedrängt.

Die Anpassung des Verhaltens an die Umgebungstemperatur:

- Passen Sie den Tagesablauf an: Größere Anstrengungen sollten möglichst vermieden, Spaziergänge in die frühen Morgenstunden verlegt werden.
- Achten Sie auf angemessene leichte Kleidung und im Freien auch auf eine leichte Kopfbedeckung in der Sonne.
- Achten Sie darauf, dass sich die betroffene Person möglichst im Schatten oder im Haus aufhält.

- Besorgen Sie sich eine Sprühflasche, gefüllt mit Leitungswasser. Damit können Sie der Person vorsichtig regelmäßig Arme, Beine und eventuell das Gesicht einsprühen, um etwas Verdunstungskälte zu erzeugen. Hat die Person Angst vor diesem "Sprühregen", können Sie zuerst auf ihre Hände sprühen und sie bitten, mit den Händen über das Gesicht zu fahren.
- Eine Abkühlung bewirken auch kühle Fuß-, Hand- bzw. Unterarmbäder.
- Bei stark schwitzenden, übergewichtigen Menschen, da hier häufiger Haut an Haut liegt, steigt die Gefahr, dass durch die Reibung Rötungen und kleine Verletzungen in bestimmten Körperpartien auftreten. Dies verursacht ein brennendes Gefühl. Gefährdete Körperstellen sind unter dem Doppelkinn, unter den Achseln, in den Leisten, an der Oberschenkelinnenseite, in der Dammregion, in der Gesäßfalte, unter den Brüsten, in der Bauchfalte. Um dieser Gefährdung vorzubeugen, hilft regelmäßiges Duschen oder Waschen (mit lauwarmem Wasser), wobei danach sorgfältiges Abtrocknen äußerst wichtig ist. Gefährdete Hautstellen sollten nicht mit dem Handtuch abgerieben, sondern nur abgetupft werden. Auf die gefährdeten Hautregionen sollte ein sauberer Baumwollappen gelegt werden, der den Schweiß aufsaugen kann. Auch die hautfreundliche Baumwollunterwäsche sollte ohne störende und scheuernde Ränder und Gummibänder sein. Die Hautpflege an den gefährdeten Stellen sollte nur mit Wasser-in-Öl-Emulsionen erfolgen.
- Wenn durch Pilzinfektionen oder Bakterien ein weißer Belag zu erkennen ist, der wiederum zu Hauterosionen und Pusteln führen kann, sollten Sie den Dienst der Hauskrankenpflege Ihres Sprengels zu Rate ziehen.
- **Mögliche Maßnahmen, um die Raumtemperatur möglichst niedrig zu halten:**
- Lüften Sie die Räume in den frühen Morgen- bzw. späten Abendstunden.
- Verdunkeln Sie die Wohnung tagsüber.
- Kontrollieren Sie die Raumtemperatur. Sie sollte 26°C nicht überschreiten.
- Prüfen Sie, ob es möglich ist, technische Hilfsmittel einzusetzen wie Ventilatoren oder eine kleine Klimaanlage.

Auch wenn die Hitze sehr anstrengend sein kann und es draußen zu heiß ist, um sich zu bewegen, lassen Sie doch die betroffene Person mit ihren Gedanken bei einem Gespräch über Sommererinnerungen aus ihrer Kindheit auf Wanderung gehen – vielleicht bei einem kühlenden leckeren Eiskaffee!

