

# Mittendrin und aktiv statt einsam und am Rand

Serie Demenz: Ein Tag in einer Seniorentagespflege in der Region – Viele Anregungen und Beschäftigungen sollen ein Fortschreiten der Demenz verhindern

Von unserer Redakteurin  
**BETTINA KNELLER**

**ASCHAFFENBURG.** Menschen mit Demenz werden oft an den Rand gedrängt. Es gibt Schwellenängste, Schamgefühle, Probleme, Barrieren zu überwinden oder Angst, Fehler im Umgang mit ihnen zu machen. Dabei gibt es Beispiele dafür, wie man mit ihnen umgehen kann – würdevoll, unkompliziert und doch individuell. Ein Besuch in der Seniorentagespflege Papiermühle in Aschaffenburg – eine von vielen Einrichtungen in der Region, wo Menschen mit Demenz tagsüber ihre Zeit verbringen, wenn ihre Angehörigen arbeiten und nicht auf sie Acht geben können. Denn Demenz führt oft zu Unruhe und Nervosität, was die Erkrankten dazu treibt wegzulaufen. Dann ist es besser für sie in einer geschützten Umgebung.

Die Sonne scheint in den hellen Raum mit den vielen Fenstern. Gemütlich und wohnlich sieht es im Inneren aus. Und so gar nicht nach Klinik oder Seniorenheim. Geschmackvoll eingerichtet ist die Tagespflege im Stadtteil Damm. Mit vielen gemütlichen Ecken, in die sich die Gäste bei Bedarf zurückziehen können. Eben ist das



Gemütlich und wohnlich sieht es im Inneren aus.  
Foto: Björn Friedrich

sen mit ihren Sitznachbarn zu unterhalten. Die anderen absolvieren die Übungen still und eher stumm. Ein alter Mann ist derweil eingeschlafen und verpasst die Übungen. Niemand zwingt ihn zum Mitmachen. So geht das in lockerer Reihenfolge gut eine Stunde.

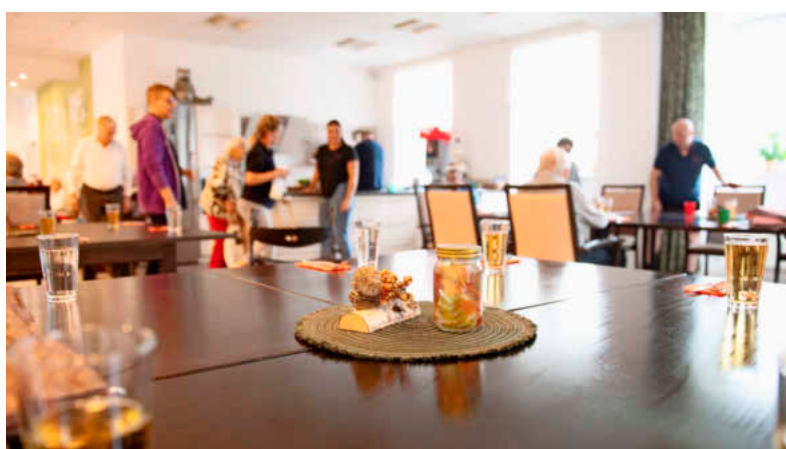
## Gemeinschaft im Einklang

Danach kommt das Gedächtnis an die Reihe. Bei der Demenz lassen Gedächtnis, sprachliche Fähigkeiten und Orientierung mit der Zeit nach. Merkfähigkeit, Wortfindung, Konzentration, Kreativität und Fantasie werden trainiert mit einem Spiel passend zum Thema Herbst. Mitarbeiterin Beata erzählt eine Geschichte, stoppt immer wieder an bestimmten Stellen und lässt die Runde nach den passenden Begriffen suchen. Das ist teilweise schon knifflig. Beim Buchstaben H purzeln die Begriffe nur so: Hagebutte, Haselnuss, Herbstzeitlose, Holunder, Heckenrose... Sie helfen sich gegenseitig, korrigieren einander, wenn ein Begriff nicht passt. Ist ein Begriff gefunden, strahlt der erfolgreiche Finder in die Runde – ein Gefühl, das sich auf alle im Raum überträgt. Viele lächeln zurück – etwas, was ihnen alleine in ihren vier Wänden nicht passieren würde. Eine Gemeinschaft, die im Einklang miteinander ist. Während die mentalen Übungen gegen viertel vor 12 langsam ihrem Ende entgegen gehen, bereiten die Mitarbeiter – zwei Betreuungskräfte und zwei Praktikantinnen – zusammen mit Leiterin Andrea



Zusammensein und sich unterstützen hilft gegen Einsamkeit und dem Abbau von Hirnsubstanz bei Demenz.  
Foto: Björn Friedrich

Auch Tiere wie dieser Wellensittich sollen den Alltag in der Tagespflege bereichern.  
Foto: Björn Friedrich



Je nach Jahreszeit sind die Tische, an denen die Mahlzeiten eingenommen werden und an denen gespielt wird, dekoriert und geschmückt.  
Foto: Björn Friedrich

Knoch das Mittagessen zu. Gläser klingen, Geschirr und Besteck klappert. Die Mitarbeiter haben die Tische eingedeckt. Und ein leckerer Duft erfüllt alsbald den Raum. Heute steht Gemüseaufschlag mit Salat und Vanillecreme auf

dem Speiseplan. Das Essen kommt nicht aus einer Großküche oder von einem Caterer, sondern wird von der Chefin selbst jeden Tag frisch zubereitet. Andrea Knoch steht in der Küche und teilt die Portionen auf die Teller auf, die

dann von den Mitarbeitern an die Tische getragen werden. Sie kennt ihre Gäste und deren Vorlieben, weiß, ob derjenige eine große Portion wünscht oder ob diejenige

»Wir kennen das alle von ihm. Er kann sich mit Worten nicht mehr richtig mitteilen.«

Andrea Knoch, Leiterin Tagespflege

lieber weniger Käse haben möchte. Nachbestellen darf jeder. Jeder soll satt werden. Die Mitarbeiter servieren die Teller, fragen nach den Getränkewünschen. Wer Hilfe beim Essen möchte, der bekommt es zerkleinert oder auch mal angereicht. Musik spielt im Hintergrund.

Eine entspannte Atmosphäre stellt sich ein. Die Männer und Frauen reden, lachen, genießen

das Essen. Wie in jedem x-beliebigen Restaurant sieht es aus. Wenn da nicht bei dem einen oder anderen doch ein Latz zu sehen wäre, der versehentlich verschüttete Nahrung auffängt. Und wenn nicht plötzlich ein Mann mitten beim Essen laut aufschreien würde. Eine Mitarbeiterin geht zu ihm, legt beruhigend den Arm um seine Schultern und redet mit ihm, fragt, wie sie ihm helfen kann. Und der Mann beruhigt sich wieder. Das alles läuft unaufgeregt, dezent, fast im Hintergrund ab. »Wir kennen das alle von ihm. Er kann sich mit Worten nicht mehr richtig mitteilen«, meint Knoch. Ein Symptom einer Demenz.

## Ein Mann malt still vor sich hin

Nachdem alle in Ruhe gegessen haben, wird abgeräumt und einige Gäste bekommen Hilfe beim Toilettengang. Andere können das noch alleine bewältigen. Leiterin Knoch setzt sich mit einigen Gästen zusammen und fragt sie nach den Wünschen für das Mittagessen in der nächsten Woche. Einige Männer und Frauen ziehen sich zurück und ruhen ein wenig nach dem Essen. »Tschüss, ich gehe schlafen, bis später«, verabschiedet sich auch ein grauhaariger Herr. Eine Dame möchte »Mensch ärgere dich nicht« spielen und fragt nach Mitspielern. Und schon werden Stühle um einen Tisch herum gerückt und eine Runde sitzt zusammen und spielt. Die Kaffeemaschine und Teekoche brodelt derweil in der Küche. Nach und nach werden den Gästen die Heißgetränke nach Wunsch serviert.

Ein Mann malt still vor sich hin.

Eine Mitarbeiterin ist froh, als sie das sieht. »Gestern ging es ihm nicht gut, da kam er zum ersten Mal wieder hierher, nachdem er zwei Wochen im Krankenhaus war. Da war er total verwirrt – und heute ist er wieder ganz der Alte«, meint sie erleichtert.

## »Erich erntet Erdbeeren«

Weiter hinten im Raum in einer Ecke spielt eine große Runde ein Wortspiel. Betreuerin Steffi bezieht alle mit ein und spricht alle an, die im Kreis um den Tisch sitzen. Von A bis Z geht sie das Alphabet durch. Es sollen Sätze mit den jeweiligen Buchstaben gebildet werden. Als die Runde beim E ankommt, ruft plötzlich einer: Erich erntet Erdbeeren. »Mensch, da sind Sie ja wieder«, meint die Betreuerin zu der Frau neben sich, die vorher die ganze Zeit still gewesen war. Ein Mann erinnert sich beim Rätseln um Sätze an seinen Vater, der aus dem Zweiten Weltkrieg nie nach Hause kam. »Polenfeldzug«, sagt er nur. Ein Mann erzählt von seinem früheren Job als Produktionsleiter bei einem großen Unternehmen in der Region, der ihn in alle Welt geführt hat. »Von Polen über Japan bis Amerika hat mich die Arbeit gebracht«, meint er.

Gegen 15.30 Uhr gibt es Kaffee und Kuchen für die Gäste. Heute im Angebot sind Apfel- und Zwetschkuchen – mit oder ohne Sahne. Und für eine Dame, die beides nicht mag, gibt es Kekse. Die Senioren genießen. Und so langsam klingt der Tag in der Tagespflege aus. Bis 18 Uhr werden die Gäste von Fahrdiensten oder von ihren Angehörigen abgeholt und nach Hause gebracht. Ein Mann wartet im Eingang auf seinen Abholer. Er muss sich im Türrahmen abstützen, so schwach ist er. Reden kann er schon lange nicht mehr. Aber er lächelt und winkt zum Abschied.

**Nächste Folge am Dienstag, 30. Januar:** Gespräch mit Andrea Weyrauther, Leiterin des Seniorenstifts St. Elisabeth Aschaffenburg

## Serie zu Demenz

**Wenn die Welt um einen herum im Vergessen versinkt: Menschen mit Demenz stellen die Gesellschaft vor große Herausforderungen.** In unserer Serie blicken wir auf Betroffene und Angehörige, stellen Therapiekonzepte vor und sprechen mit Experten zum Thema. (bk)



## Demenz

Frühstück vorbei, das alle zusammen in dem großen Raum eingenommen haben. Gegen 10 Uhr sitzt die Gruppe von 29 Senioren in einem Kreis. Mit ihnen sitzt Betreuerin Beata, die sie bis zum Mittagessen beschäftigen wird. Zuerst wird gemeinsam gesungen und Gymnastik gemacht. Bewegung im Sitzen. Jeder macht so weit mit, wie er es schafft. Doch die Übungen gibt nicht die Betreuerin vor, sondern sie lässt die Gäste Übungen vormachen, die dann alle nachmachen. Vielen fällt eine Übung ein. Radfahren. Mit den Händen nach vorne abwechselnd nach etwas greifen. Luft-Stricken. Boxen mit den Beinen. Mit Eifer sind alle dabei. Auch der Mittfünfziger im Rollstuhl. Die einen lachen, scherzen, haben sogar noch Luft, um sich währenddes-



Die beiden Praktikantinnen und Pflegerin Beata Wolf (rechts) beim Vorbereiten des Mittagessens.  
Foto: Björn Friedrich



Voller Einsatz für die Teilnehmer: Pflegerin Beata Wolf beim Training vormittags mit den Gästen der Tagespflege.  
Foto: Björn Friedrich

## VIER FRAGEN

### »Zeit haben wir hier viel«

Andrea Knoch leitet zusammen mit Alexander Sahn und Holger Ufner die Tagespflege Papiermühle in Aschaffenburg. Wir haben mit ihr gesprochen, warum sie ihren Beruf mag.

#### Was ist Ihr Konzept in der Tagespflege?

Das, was noch vorhanden ist bei unseren Gästen, versuchen wir zu erhalten und zu fördern. Mit dem Hintergrund, dass jemand so lan-



Andrea Knoch. Foto: Björn Friedrich

Jeder darf machen, was er möchte. Es gibt keinen Zwang. Wenn jemand nicht an der Gruppe teilnehmen möchte, kann er sich zurückziehen. Den ganzen Tag im Sessel ist aber auch nicht erwünscht. Der Aufenthalt soll aktivieren und dem Austausch mit anderen dienen.

#### Gibt es ein Beispiel dafür, wie das wirkt?

Eine Klientin saß im Rollstuhl, jetzt geht sie am Rollator. Sie lag im Bett und konnte gar nichts mehr. Die Tochter schaffte es nicht mehr und hat sie bei uns angemeldet. Sie sagt, ihr Leben hat wieder einen Sinn. Weil sie hier Kontakte hat, Ansprache, Gespräche.



## Main-Echo Gespräch

ge wie möglich noch zuhause leben kann. Was bei den meisten auch so ist. Bewegung ist wichtig. Dass unsere Gäste beispielsweise noch stehen können. Auch die Feinmotorik muss klappen. Die Fitteren nehmen bei den Übungen die weniger Mobilien mit, bei denen die Demenz schon weiter fortgeschritten ist. Das ist eine Gemeinschaft. Das ist ein familiäres Gefühl. Das liegt auch daran, dass unsere Mitarbeiter mit-