JAHRES-BERICHT 2018

IHR ANSPRECHPARTNER IN ALLEN FRAGEN ZU DEMENZ/ALZHEIMER FÜR BETROFFENE UND ANGEHÖRIGE

MOTIVIEREN, AKTIVIEREN, STÄRKEN

MAS
ALZHEIMERHILFE

Die Hilfsangebote der MAS Alzheimerhilfe entstehen aus den Bedürfnissen der Angehörigen und Betroffenen heraus.

MAS

INHALT

2 Dankeschön/Impressum
3 Die MAS Alzheimerhilfe
4 Vorwort. Hilfestellung mit der Erfahrung aus über 20 Jahren
6 Wissenschaft und Forschung: Allianz für Demenz/Alzheimer
10 Demenzservicestellen: Hier wird betroffenen Familien geholfen
14 Alzheimerakademie: Aus-und Weiterbildungen
16 Zeit für Alzheimerurlaub
18 Controlling: Besondere Zahlen
20 Stadiengerechtes Training
24 Früherkennung: Keine Zeit zu verlieren/ Vorsorge: Das können Sie tun
26 Demenz braucht Öffentlichkeit
28 Neue Angebote
30 Wie Spenden hilft

DANKESCHÖN

Die MAS Alzheimerhilfe bedankt sich recht herzlich bei allen ehemaligen MitarbeiterInnen und Personen im Beirat oder Vorstand für die geleistete Arbeit.

Vorstand

OBFRAU UND GRÜNDERIN
Felicitas Zehetner

KASSIER
Mag. Mathias Kienberger
1. Rechnungsprüfer:
Ing. Rudolf Schichl
2. Rechnungsprüferin:
Vera Beate Richter

SCHRIFTFÜHRERIN
Heidemarie Stögner

GESCHÄFTSFÜHRUNG
Mag.ª (FH) Edith Span

WISSENSCHAFTLICHE LEITERIN/ FORSCHUNG
Univ.-Prof.in Dr.in Stefanie Auer

LEITERIN ALZHEIMERAKADEMIE
Christine Adler

LEITERIN DEMENZSERVICESTELLEN
Karin Laschalt

CONTROLLING UND STELLVERTRETUNG DER GESCHÄFTSLEITUNG
Anna Kreil

BEIRAT
WHR DI Heimo Braun
Ing. Gerhard Flohberger
Mag. Günter Weigelt

IMPRESSUM

© MAS Alzheimerhilfe
Lindaustraße 28
A-4820 Bad Ischl
Tel.: +43 (0) 6132/214 10
www.alzheimer-hilfe.at
www.alzheimerakademie.at
www.alzheimerurlaub.at
alzheimerhilfe@mas.or.at

ZVR-Nr.: 633486648

Die Abkürzung MAS steht für Morbus Alzheimer Syndrom.

Die Abkürzung DSS steht für Demenzservicestelle.

Die Abkürzung TuF steht für Therapie-und Förderaufenthalt.

DIE MAS ALZHEIMERHILFE

Die MAS Alzheimerhilfe ist ein gemeinnütziger Verein und seit 1997 Ihre Anlaufstelle in allen Fragen zu Demenz/Alzheimer für Betroffene und Angehörige.

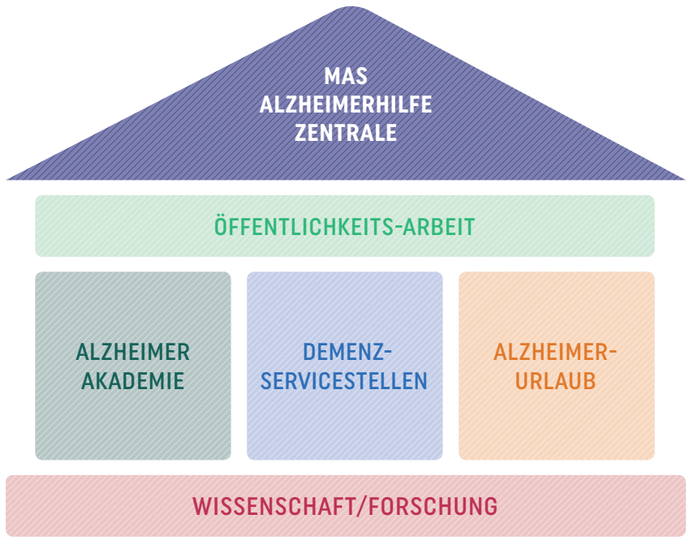
Diese Serviceleistungen können Sie in Anspruch nehmen:

- **Demenzservicestellen:** Information & Hilfsleistungen für Betroffene und Angehörige
- **Alzheimer Akademie:** Aus-Weiterbildungen
- **Demenzforschung:** psychosoziale Forschungsarbeit
- **Alzheimerurlaub für Paare in Bad Ischl:** Auszeit für Angehörige

Ein multiprofessionelles Team, bestehend aus SozialarbeiterInnen, klinischen PsychologInnen, MAS DemenztrainerInnen und einer Demenzprofessorin, sowie weiteren MitarbeiterInnen, kümmert sich um Ihre Anliegen.

UNSER ZUGANG:

- positiv, wertschätzend und personenzentriert.
- stadiengerecht.
- Menschen mit Demenz erfahren im Training ihre Kompetenz – und nicht ihre Defizite.



HILFESTELLUNG MIT DER ERFAHRUNG AUS ÜBER 20 JAHREN

LIEBE MITGLIEDER,
LIEBE SPENDERINNEN,
LIEBE FREUNDINNEN,
LIEBE SPONSOREN

„All die betroffenen Familien müssen und können uns vertrauen. Ihnen wollen wir Lebensqualität schenken, und für sie müssen wir eine sichere und verlässliche Anlaufstelle sein. Nicht nur heute, sondern auch noch über viele Jahre hinaus.“

© Hörmandinger

Auf der einen Seite gibt es: große Unternehmen wie Pfizer, die zu Beginn des Jahres erklärten, die Alzheimerforschung einzustellen, immer mehr Menschen mit Demenz und natürlich begrenzte Geldmittel der öffentlichen Hand. Auf der anderen Seite gibt es Sie: Betroffene und Angehörige. Sie allein stehen im Fokus des Engagements der MAS Alzheimerhilfe. Daher waren all diese schwierigen Rahmenbedingungen für uns zusätzliche Motivation, noch mehr bewegen zu wollen. 2018 können wir in all unseren Bereichen: in der wissenschaftlichen Forschung, bei den Aus-und Weiterbildungen, bei den Alzheimerurlauben und in den Demenzservicestellen wieder eine schöne Leistungsbilanz von Hilfs-, Begleit-und Entlastungsprojekten vorlegen.

Auch wenn die Alzheimer-Krankheit, obwohl bereits 1906 vom bayerischen Nervenarzt Alois Alzheimer beschrieben, bislang noch immer nicht heilbar ist, schaffen wir es mit gezielten, psychosozialen Maßnahmen (wie stadiengerechte Trainings) und medikamentöse Therapien, den Krankheitsverlauf zu verlangsamen und so bestmögliche Lebensqualität zu erreichen und eine Teilnahme von Personen mit Demenz am Leben in der Gesellschaft zu ermöglichen. Die frühen Stadien der Erkrankung, wo noch viele Ressourcen vorhanden sind, können so verlängert und die späteren Stadien der Erkrankung in ihrer Dauer verkürzt werden.

Alzheimer ist noch immer ein Tabuthema. Da aber jede Familie in kürzester Zeit davon betroffen sein wird, kommt es unaufhörlich auf uns zu und deshalb sollte jede/r Einzelne Bescheid wissen.

Mit der Erfahrung aus über 20 Jahren MAS Alzheimerhilfe möchten wir Ihnen folgende, grundsätzliche Hilfestellung geben:

VORSORGE
Bei der Prävention spielen bestimmte Risikofaktoren (erhöhter Blutdruck, hohes Körpergewicht, erhöhter Blutzuckerspiegel, ungesunde Ernährung, inaktiver Lebensstil), die mit der Entwicklung einer Demenz in Verbindung stehen, eine wichtige Rolle. Als schützende Faktoren gelten: körperliche Betätigung, soziale und kognitive Aktivitäten, Bildung sowie soziale Kontakte.

FRÜHERKENNUNG
Bitte scheuen Sie nicht den Weg in die Demenzservicestelle zur psychologischen Abklärung, um früh medikamentöse und therapeutische Maßnahmen in Anspruch zu nehmen. Dadurch bleiben Selbstständigkeit und kognitive Fähigkeiten länger erhalten und: nicht jede Vergesslichkeit ist Alzheimer!

ALZHEIMER ANNEHMEN NICHT HINNEHMEN
Manchmal dauert es, bis ein Betroffener die Diagnose Demenz/Alzheimer annehmen kann. Dies ist aber wichtig, um länger ein gutes Leben mit Demenz führen zu können und die neue Lebenssituation besser zu meistern.

HOLEN SIE SICH PROFESSIONELLE HILFE
Das ist kein Eingeständnis von Unzulänglichkeit und Hilflosigkeit, sondern ein Zeichen von Stärke.

AKZEPTIEREN SIE DIE KRANKHEIT UND EIN GEFÜHLSCHAOS
Nehmen Sie Ihren Angehörigen so an, wie er ist. Das entspannt den Alltag, weil die Person mit Demenz ihre Krankheit nicht verstecken muss.

Wir hoffen auch 2019 auf Ihre Unterstützung. Denn ohne Ihre Hilfe, liebe Mitglieder, Freunde und Förderer, ist unsere Arbeit in diesem Umfang nicht möglich, Jede Spende und jede andere Art der Unterstützung hilft den Betroffenen und ihren Familien, trotz der Diagnose Demenz, ein würdevolles Leben führen zu können.

Felicitas Zehetner,
Gründerin und Obfrau

Mag.ª (FH) Edith Span,
Geschäftsführerin

WISSENSCHAFT UND FORSCHUNG: ALLIANZ FÜR DEMENZ / ALZHEIMER

„Wir benötigen bessere diagnostische Angebote und verschiedene Behandlungsansätze, um die Versorgung von Personen mit Demenz zu verbessern."

Mit Unterstützung von:

AAL PROGRAMME · bmvit · bva · FFG · Fonds Gesundes Österreich · FWF Der Wissenschaftsfonds. · Bundesministerium Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz · LAND OBERÖSTERREICH

*Der Österreichische Wissenschaftsfonds (FWF) fördert hochkarätige Grundlagenforschung in allen Disziplinen.

Univ. Prof.in Dr.in Stefanie Auer,
Demenzprofessorin an der Donau-Universität Krems und wissenschaftliche Leiterin der MAS Alzheimerhilfe

Seit 2001 entwickelt die MAS Alzheimerforschung der MAS Alzheimerhilfe unter der wissenschaftlichen Leitung von Univ. Prof.in Dr.in Stefanie Auer Konzepte zur Verbesserung der Lebensqualität von Menschen mit Demenz und deren Angehörigen. So wurde das Modell der Demenzservicestelle als evidenzbasiertes Modell zur Früherkennung demenzieller Erkrankungen, die Ausbildung zur MAS DemenztrainerIn und die Methodik des stadiengerechten Trainings entwickelt. Eine Langzeitdatenbank wurde etabliert. Ab 2013 wurde ein E-learning Angebot für die österreichische Polizei entwickelt. Seit 2009 wird der Lehrgang für Demenzstudien an der Donau Universität Krems angeboten, um eine weitere Akademisierung des Bereiches voranzutreiben.

Alzheimer ist eine äußerst komplexe Erkrankung mit langsamer Entwicklung. Die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz und deren Angehörigen sind derzeit noch weitgehend unbekannt. Welche Angebote und Hilfestellungen zu welchem Zeitpunkt nötig sind und welche Effekte die Hilfestellungen erzielen, ist Gegenstand der Forschung bei der MAS Alzheimerhilfe. Die Ergebnisse der wissenschaftlichen Projekte/Konzepte sind publiziert und Dr. Auer ist auch immer wieder national und international als Referentin gefragt.

FWF-PROJEKT:* „THE CZECH-AUSTRIAN LONG-TERM CARE PROJECT" (DEMDATA)

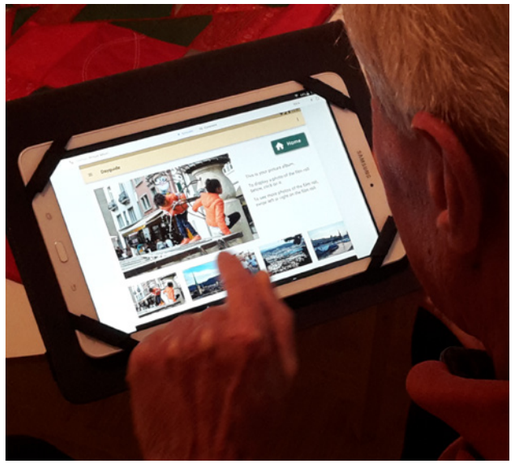
Anfang März 2016 startete die MAS Alzheimerhilfe in Kooperation mit der Karls Universität Prag das grenzüberschreitende Forschungsprojekt „The Czech-Austrian Long-Term Care Project". Gesammelt wurden medizinische und soziale Daten in oberösterreichischen und tschechischen Pflegeheimen, um die Situation von Menschen mit Demenz in Langzeitpflegeinstitutionen zu untersuchen. Ebenfalls untersucht wurden die Situation der Pflegeteams und die Bedürfnisse der Angehörigen. Die Daten werden dem Gesundheitssystem Fakten zur Entscheidungsfindung in der Zukunft liefern und den Weg für einheitliche Richtlinien ebnen.

Insgesamt wurden 1.085 Personen untersucht, 571 davon in Österreich. Die ersten Ergebnisse zeigen, dass „großer Handlungsbedarf in Pflegeheimen besteht". Es zeigt sich, dass die Personen viel öfter unter Demenz leiden als angenommen wird und häufig Verhaltensauffälligkeiten auftreten. Studienleiterin Univ. Prof.in Dr.in Stefanie Auer rät zu einem verbesserten Diagnoseangebot, um die Qualität der Versorgung anzuheben. Auf all diesen Fakten hat die MAS ein Lösungsmodell aufgesetzt: Qualifizierte Aus-und Weiterbildung, maßgeschneidert auf die Bedürfnisse der Betroffenen und der institutionellen Einrichtungen.

Mit dem MAS Aktivtrainer (und anderen Ausbildungsprogrammen) werden nun Institutionen demenzfit gemacht. Das Pflegeheim in Ried/I und das Krankenhaus Laas (Kärnten) waren die ersten Vorzeigebeispiele, wie mit der Ausbildung der Pflegeteams und kurzen, professionellen Aktivierungseinheiten die Situation für alle Beteiligten verbessert werden konnte. Zudem legen wir mit dem Motivieren-Aktivieren-Stärken-Abo konkrete Übungs- und Handlungsbeispiele vor. Und wir sind auch das große Kommunikationsproblem zwischen betroffenen Familien und ausländischen Pflegekräften angegangen. Wir bieten mit den MAS Tipps 13 in bulgarischer, rumänischer und slowakischer Sprache, Hilfe, um Sprachbarrieren abzubauen, damit Pflege mit hoher Qualität stattfinden kann.

http://www.donau-uni.ac.at/de/department/kmp/projekte/id/23673/index.php

Carmen Viereckl, Klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin im Einsatz.



AAL-PROJEKTE: WIE TECHNIK HILFT, DAS LEBEN VON MENSCHEN MIT DEMENZ ZU VERBESSERN

Unter „Ambient Assisted Living" (AAL) werden Konzepte, Produkte und Dienstleistungen verstanden, die neue Technologien und soziales Umfeld miteinander verbinden, um die Lebensqualität für Menschen in allen Lebensabschnitten zu verbessern. Übersetzen könnte man AAL am besten mit: Assistenzsystem für ein gesundes und unabhängiges Leben, die in das normale Lebensumfeld eingebettet sind. Die MAS Alzheimerhilfe beteiligt sich derzeit an drei internationalen AAL Projekten, die von der Europäischen Union gefördert werden.

DayGuide

Bei **„DayGuide"** handelt es sich um ein Internet-basiertes Hilfssystem, das Menschen mit leichten kognitiven Störungen das Alltagsleben erleichtern soll. Wir bedanken uns bei T-Mobile, die uns für den Feldversuch des Dayguide-Projektes 13 Homenet-Router zur Verfügung gestellt haben.

CO-TRAIN

Das Projekt **„Co-Train"** soll Menschen mit Demenz helfen, körperlich länger fit zu bleiben. Ausgedehnte Feldversuche sind für dieses Jahr noch vorgesehen.

Free Walker

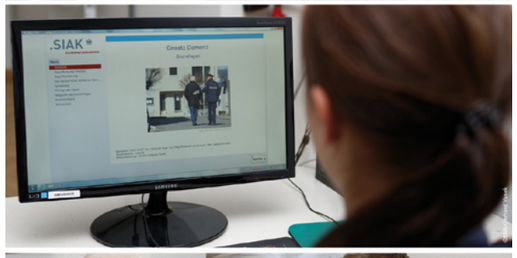
FreeWalker System nutzt die Technik der GPS-Lokalisierung, um Menschen mit Demenz bei der Orientierung behilflich zu sein. Es ist vorgesehen, an technischen Lösungen zu arbeiten, die als Sicherheitsnetz im Hintergrund dienen können. Man hofft, durch diese Lösungen die Gefahren des Verlaufens zu verhindern und die begleitenden Angehörigen zu entlasten.

Erste Ergebnisse aus diesen Projekten sind frühestens in einem Jahr zu erwarten.

Span, Auer (beide MAS) und Richter (SIAK) bei der Preisverleihung im Radio Kulturhaus in Wien.

GEWINN DER SOZIALMARIE FÜR DAS E-LEARNING PROJEKT „EINSATZ DEMENZ"!

Fotos © Dietrich, LPD OÖ



Dank der Kompetenzschulung der Polizei im Umgang mit Menschen mit Demenz wurde am 1. Mai die MAS Alzheimerhilfe für das Projekt „Einsatz Demenz" mit dem Preis der „Sozialmarie 2018" ausgezeichnet. Unter 249 Einreichungen aus Österreich, Ungarn, Tschechien, Kroatien, Slowenien und der Slowakei gehörte das Kooperationsprojekt mit der Sicherheitsakademie(SIAK) des Bundesministerium für Inneres zu den 15 SiegerInnen.

Dieses E-learning Modell für die Kompetenzschulung der Polizei im Einsatz für betroffene Familien wurde als Preis für soziale Innovation gewürdigt. Markus Richter, Leiter des E-learning Programms der SIAK, bestätigt den hohen Ausbildungswert hinsichtlich Demenz. „Die innovative Methode des E-learnings ist kostengünstig, ressourcenschonend, macht schnell handlungssicher und hilft, Situationen richtig einzuschätzen und zu lösen, die mit Demenz im Zusammenhang stehen." Als Beispiel führt Richter etwa Vermisstenfälle, Ladendiebstähle oder Nachbarschaftsstreitigkeiten an.

Aktuell haben 7.868 PolizistInnen den Kurs absolviert. Ziel: 20.000. Davon haben 6.699 sogar das Zertifikatsverfahren durchlaufen (Online-Prüfung). Insgesamt wurden 53 Dienststellen mit der Urkunde „Demenzkompetenz" ausgezeichnet (um die Dienststelle auch als Anlaufstelle sichtbar zu machen) und weitere 50 folgen bereits.

DEMENZSERVICE-STELLEN (DSS)

HIER WIRD BETROFFENEN UND ANGEHÖRIGEN GEHOLFEN

„Das Modell der Demenzservicestellen basiert auf den Bedürfnissen von Betroffenen und deren Angehörigen. Menschen mit Demenz werden unterstützt und begleitet, indem sie in gezielten Übungseinheiten ihre vorhandenen Fähigkeiten trainieren können. Angehörigen wird geholfen, indem sie zeitliche Entlastung wie auch konkretes Handwerkszeug zur Alltagsbewältigung erhalten."

Karin Laschalt, Leiterin der Demenzservicestellen der MAS Alzheimerhilfe

Derzeit stehen in Oberösterreich fünf vom Land OÖ geförderte MAS Demenzservicestellen als niederschwellige Anlaufstellen für Personen mit Demenz und ihrer Angehörigen in allen Fragen zu Demenz/Alzheimer zur Verfügung: Bad Ischl, Gmunden/Regau, Ottensheim, Pregarten und Ried/I. Die 6. Demenzservicestelle der MAS, die Demenzberatungsstelle Micheldorf, wird vom Land OÖ und der GKK OÖ gefördert (Projekt Integrierte Versorgung Demenz-IVD).

Wie erkenne ich die Demenz bei meinem Angehörigen und wie kann ich feststellen, ob ich selber gefährdet bin? Welche Phasen der Demenz gibt es? Wie verhalte ich mich richtig im alltäglichen Umgang mit Betroffenen? Wer hilft mir, wenn ich nicht mehr weiter weiß? Wie kann ich schon frühzeitig aktiv werden, um mein Gehirn fit zu halten? Egal, um welche Frage es sich zu Demenz/Alzheimer handelt. Egal, ob Betroffene, Angehörige oder Interessierte. Hier sind Sie richtig.

„Demenz-Wissen hilft. Daher ist eine gründliche Information über das Thema Alzheimer/Demenz und die vorhandenen Hilfsangebote wichtig"

Maria Reitner, Leiterin der Demenzservicestelle Bad Ischl,
und Sandra Spack, Leiterin der Demenzservicestelle Gmunden/Regau

BAD ISCHL
Lindaustraße 28,
4820 Bad Ischl
+43 (0) 664/889 286 19

GMUNDEN / REGAU
Regauer Lauben 5,
4844 Regau
+43 (0) 664/858 94 85

MICHELDORF
Hauptstraße 5,
4563 Micheldorf
+43 (0) 664/854 66 94

demenz erkennen ansprechen handeln

OTTENSHEIM
Marktplatz 17,
4100 Ottensheim
+43 (0) 664/854 66 99

PREGARTEN
Tragweiner Straße 29,
4230 Pregarten
+43 (0) 664/854 66 95

RIED IM INNKREIS
Bahnhofstraße 38/1,
4910 Ried im Innkreis
+43 (0) 664/854 66 92

©Land OÖ/Schauer

LH Stelzer gratuliert der MAS Alzheimerhilfe.
Von links nach rechts: Laschalt, Span, Zehetner, Auer (alle MAS)

DREI MAL ZEHN JAHRE

Die Demenzservicestellen in Micheldorf, Pregarten und Ried im Innkreis feierten 10-jähriges Jubiläum im Einsatz für Menschen mit Demenz und deren Angehörigen. Landeshauptmann Stelzer gratulierte hierzu. „Mit der Eröffnung der drei Demenzservicestellen in Micheldorf, Pregarten und Ried/I. im Jahr 2008 haben sich die MAS Alzheimerhilfe-Demenzstellen verdoppelt. Mit nunmehr sechs Anlaufstellen und den konkreten Hilfs-, Begleit- und Entlastungsprogrammen für betroffene Familien stellt die MAS Alzheimerhilfe einen wichtigen Eckpfeiler in einem landesweiten Konzept für integrierte Versorgung dar, weshalb das Land Oberösterreich diese Angebote auch gerne unterstützt."

10-JAHRESFEST IN DER DBS MICHELDORF

Die Demenzberatungsstelle Micheldorf feierte mit ca. 70 Gästen, mit Zauberer und bei beschwingter Musik. Das Team der DBS Micheldorf, rund um Teamleiter Roland Sperling, legt so wie alle Demenzservicestellen der MAS Alzheimerhilfe ein breites Angebot für Betroffene und Angehörige.

Das schreiben uns Angehörige und Betroffene:

„Mein zunehmendes Wissen macht mich ruhiger."

„Bevor ich das MAS Training besuchte, war ein Gutteil des Alltags geprägt von Ratlosigkeit, Angst und auch Panik."

„Auch wir Familienmitglieder können dank der guten Informationen sehr gut mit der Krankheit umgehen."

„Vor einiger Zeit fanden wir den Weg zur MAS Alzheimerhilfe, zur ‚Gruppe', wie mein Mann sie nennt. Die Gemeinschaft mit den anderen schenkt uns beiden ein schönes, befreiendes Zusammengehörigkeitsgefühl mit den Menschen dort."

„Vielen herzlichen Dank, die Angehörigentreffen sind unbezahlbar."

TAGE DER OFFENEN TÜR IN DEN DEMENZSERVICESTELLEN

Der Tag der offenen Tür in der Demenzservicestelle in Ried/I. im September war ein voller Erfolg. Viele interessierte Besucher und neue BesucherInnen wagten den Schritt in die Serviceeinrichtung. Das MAS Team gab mittels eines Demenz-Parcours einen Einblick über die Krankheit und versuchte damit, etwas mehr Verständnis für Betroffene zu erreichen. Bsplw. sollte nur mit Blick in einen Spiegel ein Haus gezeichnet werden. „Diese Übung sowie zahlreiche andere Aufgaben zeigen, mit welchen Hürden Menschen mit Demenz im Alltag konfrontiert sind. Es macht aber auch verständlich, was die Betroffenen brauchen und wie das gegenseitige Verständnis verbessert werden kann", sagt Nicole Moser, Leiterin der DSS Ried/I. Die BesucherInnen aus den verschiedensten Bereichen (Früherkennungen, Angehörige, VernetzungspartnerInnen) zeigen, dass die Servicestelle in all ihren Möglichkeiten und Angeboten wahrgenommen wird.

Nicole Moser und Stefanie Plötzeneder, DSS Ried/I.

ALZHEIMERAKADEMIE
PERSONEN MIT DEMENZ HABEN FÄHIGKEITEN

© Stadler

Christine Adler, Leiterin der Alzheimerakademie der MAS Alzheimerhilfe

DIE ALZHEIMERAKADEMIE IST DIE AUS-UND WEITERBILDUNGSSTELLE DER MAS ALZHEIMERHILFE

In Österreich gibt es 455.000 pflegebedürftige Menschen, die qualitative Betreuung benötigen. Die Pflegeheimstudie (finanziert vom Wissenschaftlichen Fonds) der MAS Alzheimerhilfe in Kooperation mit der Donau-Universität Krems und der Karls Universität Prag zeigte auf, dass 85 Prozent der Pflegeheimbewohner an Demenz leiden und welch großer Handlungsbedarf herrscht. Aber gleichzeitig mit den Aus-und Weiterbildungsprogrammen der Alzheimerakademie, rund um die Leiterin Christine Adler (Stv. Katharina Muhr), hat die MAS Alzheimerhilfe konkrete Lösungsangebote vorgelegt.

Unser MAS AktivtrainerInnen-Programm für Alten-Pflegeheime und Krankenhäuser (kurze, professionelle Aktivierungseinheiten) ist optimal auf die Rahmenbedingungen eingestellt und unterstützt so die Pflegeteams, um diese Institutionen mit geringem Ressourcenaufwand demenzfit zu machen und so für alle Betroffenen ein besseres Lebens-und Arbeitsklima zu schaffen. Die Pflegeheime Ried im Innkreis (Oberösterreich) und das Krankenhaus Laas (Kärnten) waren dabei leuchtende Vorzeigebeispiele für den Erfolg dieser Praxiskonzepte.

© Walter Skokanitsch

FUNDIERTES WISSEN ÜBER DEMENZ/ALZHEIMER

Mit den Aus-und Weiterbildungsprogrammen (maßgeschneidert auf die Bedürfnisse) vermittelt die Alzheimerakademie der MAS Alzheimerhilfe fundiertes Wissen über Demenz/Alzheimer und gibt ein Handwerkszeug für die Begleitung von Personen mit Demenz. Ziel ist es, Fähigkeiten von Personen mit Demenz zu erkennen und zu fördern, damit sie so lange wie möglich erhalten bleiben. Die Jahresangebote für MAS Demenztrainerinnen-Ausbildung im Frühjahr und Herbst für Bad Ischl, Linz und Deutschlandsberg wurden 2018 um St. Pölten erweitert.

WEITERER UNIVERSITÄTS-LEHRGANG „DEMENZSTUDIEN“ ABGESCHLOSSEN

In der Praxis steigt der Bedarf an ausgebildeten Fachkräften deutlich, damit Lebensqualität für Menschen mit Demenz ermöglicht werden kann. Diese qualifizierte Ausbildung kann als berufsbegleitender Masterlehrgang in zwei, vier oder sechs Semestern bis zum Master of Science absolviert werden und soll den Bedarf an Fachkräften im Bereich soziales und medizinisches Management decken.

Der Masterlehrgang Demenzstudien ist im deutschsprachigen Raum nach wie vor einzigartig und ist zunehmend national und international anerkannt. Erfolgreiche Teilnehmer kamen bisher aus Österreich, der Schweiz, Deutschland und Südtirol“, berichtet Univ. Prof.in Dr.in Stefanie Auer, Lehrgangsleiterin, Professorin für Demenzforschung an der Donau-Universität Krems und wissenschaftliche Leiterin der MAS Alzheimerhilfe. Seit 2009 haben 113 Studierende diesen Lehrgang absolviert. Aktuell haben weitere 8 Personen ihren „Master“ zum Thema Demenz gemacht.

Die 2018-er Masterthesen waren: Bedürfnisse von Angehörigen von Menschen mit Demenz in NÖ Pflege-Einrichtungen (Barbara Koralka, MBA), Empathie in der Pflege (Evica Martinovic), Therapeutic Touch als nicht-pharmakologische Intervention bei Menschen mit mittelschwerer Demenz (Sandra Nussbaumer MAS MBA), evidenzbasierte Kommunikation im Internet am Beispiel von Kokosöleinsatz bei Demenz (Tamara Schartner), Reduktion von psychologischen Symptomen der Demenz durch spezielle Pflegekompetenz (DKGP Renata Standinger) und Ergebnisse einer internationalen, italienischen Punkt Prävalenz Studie bei hospitalisierte Geriatrie-Patienten im KH Meran.

Anmeldungen für den nächsten Lehrgang sind bereits möglich. Der Lehrgang richtet sich vor allem an Personen in führenden, entscheidungstragenden, lehrenden und forschenden Positionen, konkret an alle Berufsgruppen, die mit Menschen mit Demenz und deren Angehörigen konfrontiert sind, aber auch an Verwaltungsmitarbeiter, Mitarbeiter im öffentlichen Dienst, Sachwalter oder Juristen.

ZEIT FÜR ALZHEIMERURLAUB IN BAD ISCHL!

Stimmen zum Alzheimerurlaub

„Die Organisation ist optimal und der Austausch mit den anderen gibt uns wieder die Kraft für den Alltag zu Hause."

„Wir sind das erste Mal hier. Es ist wie im Himmel. Die Hilfe und die herzliche Freundlichkeit sind eine große Unterstützung."

„Wir sind im Internet auf das Urlaubsprojekt gestoßen. Es gibt wirklich nichts Vergleichbares."

Mittlerweile gibt es einige Anbieter, die Alzheimerurlaub anbieten. Aber wir von der MAS Alzheimerhilfe, sind besonders stolz, dass wir bereits im Jahr 2000 das Bad Ischler-Konzept, Alzheimerurlaub für Paare, entwickelt haben. Es steckt viel Arbeit, Engagement und Erfahrung in diesem Entlastungsangebot, um diese Auszeit für Menschen mit Demenz und deren Angehörige auf deren Bedürfnisse maßzuschneidern. Während des zweiwöchigen Urlaubs im Vier-Sterne-Hotel „Goldener Ochs" in Bad Ischl werden die Gäste von einem speziell geschulten Team individuell und professionell rund um die Uhr begleitet. Angehörigen werden Fachvorträge, Einzel- und Gruppengespräche und ein abwechslungsreiches Freizeitprogramm geboten. Sie erhalten Gelegenheiten, die Seele baumeln zu lassen, ihre eigene Kreativität zu entdecken und sich selbst Gutes zu tun.

Ebenso werden umfangreiche Ideen und Anregungen den TeilnehmerInnen mitgegeben. Durch spezielle Informationen kann die Begleitung und Betreuung zu Hause professioneller gestaltet werden. Dieser Aufenthalt ist gleichzeitig für die begleitenden Angehörigen als eine gesundheitliche Prophylaxe zu werten. Für Betroffene gibt es täglich Förderungs- und Aktivierungsübungen sowie Bewegungstraining, um vorhandene Fähigkeiten zu stärken. Zudem stehen Einzelgespräche, Spaziergänge, Ausflüge oder der Besuch von Veranstaltungen auf dem Programm.

Das Konzept des Therapie- und Förderungsaufenthaltes besticht durch die Kombination aus Entlastung und zielgerichtetem Training sowie die Einzigartigkeit der Förderung sowohl der Betroffenen als auch ihrer Angehörigen. „Hier finde ich Zeit für mich und weiß meine Frau gleichzeitig sehr gut betreut", ist eine häufige Rückmeldung. 64 Alzheimerurlaube gab es bis 2018 und 728 Paare aus Österreich, Deutschland und der Schweiz haben diese spezielle Form der Entlastung und Erholung bereits genutzt.

Katharina Muhr,
Stellvertretung der Ausbildungsleitung MAS Demenztrainerin, und Organisation Therapie und Förderaufenthalt

ÖBB OBERÖSTERREICH
Ein herzliches Dankeschön an die ÖBB Oberösterreich, die im September in den Zügen 200 Poster über den Alzheimerurlaub gratis plakatiert hat!

CONTROLLING
BESONDERE ZAHLEN

Anna Kreil,
Controlling und
Stellvertretung der
Geschäftsleitung

„Eine Evaluierung der Zahlen ist wichtig, um zu wissen, wo wir stehen und um zu entscheiden, wo wir hinwollen. Der Erfolg gibt uns recht."

DIE MAS HAT 2018:

7868
PolizistInnen ausgebildet
(E-learning: Einsatz Demenz)

103
Polizei-Dienststellen zertifiziert

550
Medienberichte über die Arbeit
der MAS erhalten (Print, Online)

33
Fortbildungstage in Pflege- und
Altenheimen durchgeführt

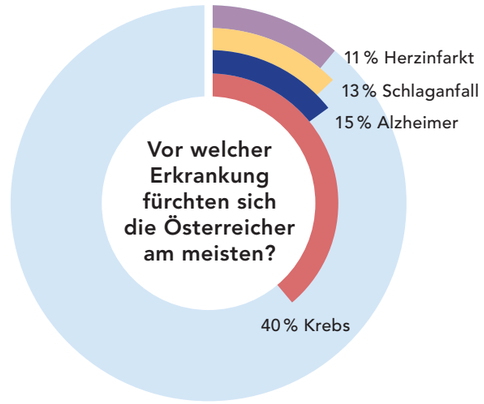
57
MAS DemenztrainerInnen ausgebildet

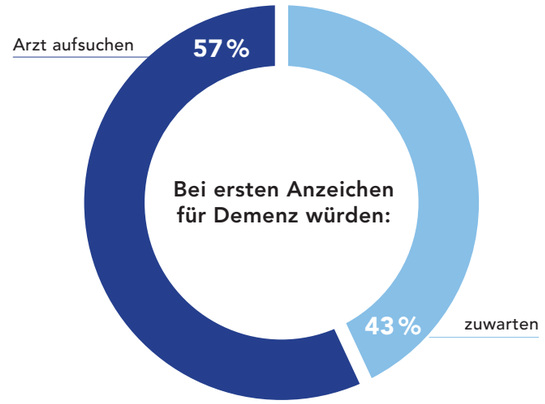
74
Angehörigentreffen absolviert

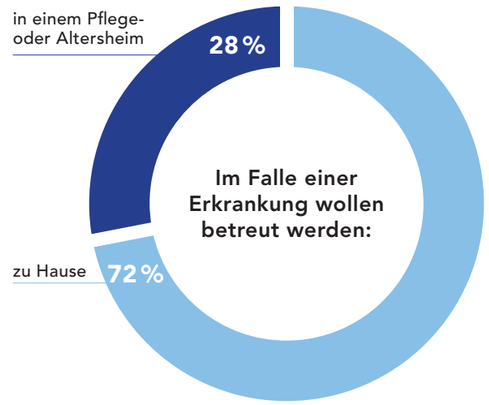
153
Gruppen-, Einzel-, und Prophylaxe-
Trainings wöchentlich durchgeführt

52
öffentliche Vorträge (national und
international) gehalten

SO DENKT ÖSTERREICH ÜBER ALZHEIMER:







Meinungsumfrage Spectra im Auftrag der MAS Alzheimerhilfe, August 2018, 1044 Personen

SERVICE/ANGEBOTE
STADIENGERECHTE TRAININGS

WIE DIE ALLTAGSROUTINE BEI DEMENZ ERHALTEN WERDEN KANN

Bei Menschen mit Demenz gehen mit fortschreitender Krankheit tägliche Handlungsabläufe verloren. Was kann eine Demenztrainerin tun, um diesen Vorgang zumindest zu bremsen?

„Es muss zwischenmenschlich passen", sagt Elke Mahnert auf die Frage, was die Voraussetzung für ein erfolgreiches Demenztraining sei. „Ich hatte eine Klientin im Training, die konnte nicht sprechen. Aber am Leuchten ihrer Augen habe ich erkannt, dass ich gut mit ihr auf dem Weg war." Die gelernte Sozialpädagogin arbeitet seit zwei Jahren als Demenztrainerin beim Verein MAS Alzheimerhilfe in Bad Ischl. Meist kommen die erkrankten Menschen ab dem Stadium vier, der insgesamt sieben Stufen der Demenz zum Training. „Es ist gut, wenn Betroffene früh kommen, aber grundsätzlich ist es auch in späteren Stadien der Demenz möglich und sinnvoll, das Gedächtnis und die Alltagsroutine zu trainieren", betont Mahnert. Das Training wird einzeln oder in Gruppen angeboten. Dabei erfordert es vor allem in der Gruppe viel Einfühlungsvermögen und Fingerspitzengefühl, niemanden zu unterfordern oder zu überfordern. Zum Beispiel beim Training des Kurzzeitgedächtnisses. Dafür wird am Anfang der Stunde über ein Alltagsthema oder ein aktuelles Ereignis gesprochen. Als in Genua die Autobahnbrücke eingestürzt ist, hat Mahnert die Teilnehmer über Städte, Flüsse und Brücken erzählen lassen. Am Ende der Stunde geht es dann um die Frage: Über welche Städte, Flüsse und Brücken haben wir heute gesprochen? Dabei gibt es keine Norm, was Einzelne sich gemerkt haben oder nicht. „Was da ist, ist da, und das wird gewürdigt", sagt Mahnert. „Nicht korrigieren, sondern die Neugier wecken und Fähigkeiten positiv hervorheben, das ist ein wichtiger Grundsatz des Trainings."

„Oft muss ich mich in die 1970er oder 1980er-Jahre zurückbegeben", erzählt Mahnert im Gespräch mit den Salzburger Nachrichten. „Da kann ich die Menschen mit Bildern abholen, die sie spontan wiedererkennen: die Mode von damals, das Radiogerät, den Schwarz-Weiß-Fernseher und das Telefon mit der Wählscheibe." Oder die Autos von früher. „Ich habe einmal ein Modell eines VW-Käfers in das Training mitgenommen. Ein Mann hat es in die Hand genommen, seine Augen haben zu leuchten begonnen und plötzlich ist ihm eingefallen, wie dieses Auto geheißen hat." Neben dem Gedächtnistraining ist es ein Hauptziel des MAS Demenztrainings, alltägliche Routinen und Tätigkeiten zu erhalten. „Wir erstellen Einkaufslisten der Zutaten für ein bestimmtes Gericht oder wir üben den Weg von zu Hause zum Lebensmittelmarkt", berichtet Mahnert. Oder es wird der täglich gleiche Ablauf am Morgen geübt: Ich stehe auf, gehe ins Bad, wasche mich, ziehe mich an, hole die Zeitung und mache mir einen Kaffee. Solche Routinehandlungen funktionieren im gesunden Zustand wie das Fahrradfahren: Man hat es einmal erlernt und kann es.

Elke Mahnert, MAS Demenztrainerin MAS Alzheimerhilfe.

Menschen mit Demenz leiden darunter, dass solche Abläufe nicht mehr automatisch vor sich gehen, sondern die Reihenfolge der Tätigkeiten durcheinandergeraten kann. „Menschen mit Demenz hilft es, wenn sie eine Tätigkeit mit einem Bild, einem Symbol oder einer Farbe verbinden können", sagt die Trainerin - und erinnert daran, dass auch viele gesunde Menschen für das Merken bestimmter Dinge oder Namen eine Eselsbrücke benötigen. Z. B. wenn sie sich einen Straßennamen dadurch merken, dass sie ihn mit der dazugehörigen Stadt verknüpfen. Dann ist die Straße, die nach München führt, die Münchner Bundesstraße. Wichtig ist Elke Mahnert, „dass meine Klientinnen und Klienten gern wieder ins Training kommen". Daher hat sie immer den „Notfallkoffer" mit vielerlei kreativen Materialien dabei. „Wenn ich merke, dass ich mit einer Übung die Teilnehmerinnen und Teilnehmer nicht erreiche, muss ich spontan umdisponieren und eine andere Übung parat haben." Denn im Demenztraining gibt es kein Muss. Oft muss die Trainerin an der Mimik ablesen, ob jetzt Spiel, Bewegung oder Musik – „die kommt immer gut an" – gefragt sind.

Wenn Elke Mahnert das Richtige findet, ist das nicht nur ein Glücksmoment für die Teilnehmer des Trainings, sondern auch für sie selbst. „Manchmal wird man dann mit einem warmen, herzhaften Lächeln belohnt."

Aus den Salzburger Nachrichten,
7. September 2018,
Artikel Josef Bruckmoser

ERFOLGE

Noch ist Alzheimer nicht heilbar. Aber schon jetzt schaffen wir es, dass wir mit gezielten, psychosozialen Maßnahmen, wie Trainings und medikamentöse Therapien, den Krankheitsverlauf verlangsamen und so bestmögliche Lebensqualität erreichen.

Die frühen Stadien der Erkrankung, wo noch viele Ressourcen vorhanden sind, können so verlängert und die späteren Stadien der Erkrankung in ihrer Dauer verkürzt werden. Dies bringt Lebensqualität für Betroffene und Angehörige.

STADIENGERECHTES TRAINING

Das stadienspezifische retrogenetische Trainingskonzept für Personen mit Demenz wurde als Trainingskonzept entwickelt, das neben intellektuellen Funktionen auch körperliche Fitness trainiert und die Krankheitsverarbeitung des individuellen Leistungsniveaus ermöglicht.

Dieses Konzept wurde bei der Entwicklung des therapeutischen Programmes als Grundlage verwendet. Eine Person am Beginn der Krankheit, die eventuell noch im Arbeitsprozess integriert ist und eine Familie zu versorgen hat, stellt andere Anforderungen an ein therapeutisches Konzept, als eine Person am Ende der Krankheit, die Probleme hat, sich verbal auszudrücken und vollständig von der Kompetenz der Umgebung abhängig ist, um überleben zu können.

DIE 7 STADIEN EINER DEMENZ

Im Verlauf einer Demenz nimmt das Ausmaß der kognitiven Beeinträchtigung, und damit auch der benötigten Unterstützung im Alltag bzw. bei der Pflege, zu. Daneben verändern sich auch die Symptome der Erkrankung. Entgegen vieler Annahmen sind es in der Regel die Betroffenen selbst, die erste krankheitsbedingte Veränderungen bemerken, auch lange bevor es dem Umfeld bewusst wird. Die vom bekannten Alzheimer-Forscher Barry Reisberg beschriebenen Stadien ermöglichen ein besseres Verständnis der Krankheit.

ERKENNEN DER VERSCHIEDENEN STADIEN IST GRUNDLAGE FÜR

- Diagnose, Prognose, Behandlung, Training und Beschäftigung.
- sich mit der Krankheit vertraut zu machen.
- sich auf die jeweiligen Bedürfnisse einzustellen.
- Betreuung zeitgerecht zu planen.
- besseres Verständnis.

„Leider glauben viele Menschen immer noch, dass man bei Demenz ohnehin nichts tun kann. Dies stimmt jedoch nicht. Denn durch gezieltes Training des edächtnisses, der Alltagsaktivitäten, der körperlichen Fitness, der Wahrnehmung usw. können vorhandene ähigkeiten länger erhalten bleiben und kann sogar Neues erlernt werden.“

Rosa Handlbauer, Leiterin der Demenzservicestelle Pregarten der MAS Alzheimerhilfe

Alle Fotos auf dieser Doppelseite: © Margot Haag

SERVICE/ANGEBOTE: FRÜHERKENNUNG

KEINE ZEIT ZU VERLIEREN

Viele Menschen denken bei Vergesslichkeit sofort an Alzheimer und „dass sie da eh nichts ändern können". Die MAS Alzheimerhilfe will aber ermutigen: „Nicht jedes Vergessen muss Demenz/Alzheimer sein. Früherkennung/ Diagnose bringt Klarheit und es kann zugleich eine Therapie begonnen werden. Eine Demenzerkrankung entwickelt sich schleichend – meist über 20 Jahre, ohne dass man etwas davon bemerkt. Durch eine frühzeitige Diagnose gewinnen Betroffene und Angehörige kostbare Zeit, um sich darauf vorzubereiten. Damit ist ein früher Trainingsbeginn optimal: desto eher können medikamentöse und therapeutische Maßnahmen eingeleitet werden. Dadurch bleiben Selbstständigkeit und kognitive Fähigkeiten länger erhalten.

Die MAS Alzheimerhilfe bietet in allen 6 Demenzservicestellen in Oberösterreich, kostenlos, Prophylaxe-Trainings an: dh. Früherkennung für Personen, die sich Sorgen um ihr Gedächtnis machen. Weiters gibt es die Möglichkeit, durch ein Gespräch mit der PsychologIn festzustellen, ob ein Gedächtnisdefizit vorliegt und wie weit fortgeschritten dies ist. „Eine Einteilung des Schweregrades einer Demenzerkrankung ist hilfreich, um pflegende Angehörige über ihre Situation bestmöglich informieren zu können. Die psychologische Abklärung ist außerdem der erste Schritt, bevor ein Training mit einer speziell ausgebildeten MAS DemenztrainerIn begonnen werden kann."

© Hörmandinger

DEN GEIST FIT HALTEN: DAS KÖNNEN SIE TUN

Es gibt keinen Schutz vor dem Verlust von Nervenzellen, vor dem Erkranken an Demenz. Doch gibt es eine Kombination von Maßnahmen, die vorbeugend wirken und das Risiko verringern, an Demenz oder Alzheimer zu erkranken. Die MAS Alzheimerhilfe zeigt in allen 6 Demenzservicestellen, wie man sich auch mit zunehmendem Alter geistig aktiv halten kann.

Hauptrisikofaktor für die Entwicklung einer Demenz ist hohes Alter. Das kann natürlich niemand beeinflussen, ebenso wie genetische Faktoren.

Auf folgende Bereiche sollten Sie achten:

- Rege geistige und soziale Aktivität.
- Ausreichend Bewegung.
- Bewusste Ernährung, Normalgewicht halten.
- Ausreichend trinken.
- Regelmäßige medizinische Untersuchungen.
- Kontrolle von Blutdruck, Blutfett und Blutzucker.
- Vermeiden von übermäßigem Alkoholkonsum und starkem Rauchen.

FAUSTREGEL:
WAS GUT IST FÜRS HERZ IST, IST GUT FÜRS GEHIRN!

Führen Sie Alltagsaktivitäten (schreiben, Ball werfen, frisieren…) einmal ganz bewusst mit der für Sie ungewohnten Hand aus. Neues lernen, neugierig bleiben, Sprachen lernen, neue Menschen treffen, etwas Neues wagen, tanzen…es gibt viele Möglichkeiten, Ihr Gehirn vor neue Herausforderungen zu stellen.

PARCOURS HILFT, GEDÄCHTNIS ZU TRAINIEREN

Darüber hinaus hat die MAS Alzheimerhilfe in Zusammenarbeit mit der HLW Bad Ischl und Unterstützung der Gemeinde, des Tourismusverbandes und lokaler Sponsoren einen Gedächtnisparcours entwickelt. Dieser ist seit Juni 2018 im Sisi-Park in Bad Ischl gratis und frei zugängig und ist für jede Altersgruppe geeignet.

Sieben neue Übungstafeln (Bewegung, Konzentration, Kurzzeitgedächtnis, Langzeitgedächtnis, Logik & Rechnen, Wahrnehmung, Wortfindung), abgestimmt auf die Bad Ischler Gegebenheiten, regen an, sich geistig fit zu halten.

Regelmäßige Denkübungen sind wichtig, um geistig gesund zu bleiben. Schon zehn Minuten Gehirnjogging und Gedächtnistraining täglich steigern die geistige Fitness. Und wer geistig fit ist, ist im Alltag kreativer und flexibler, kann leichter Probleme lösen und besser Kontakte zu anderen Menschen aufbauen.

SERVICE/ANGEBOTE: BÜCHER, MAS TIPPS, MAS AKTIV-ABO, MAGIC MINUTES

© Margot Haag

MAS TIPPS 13

Wir bieten mit den MAS Tipps 13 (Tipps für Betreuungspersonen von Menschen mit Demenz) in bulgarischer, rumänischer und slowakischer Sprache eine konkrete Hilfestellung, um Sprachbarrieren abzubauen, damit Pflege mit hoher Qualität stattfinden kann. Die MAS Tipps stehen kostenlos zum Herunterladen auf der Website bei der MAS Alzheimerhilfe bereit.

MIT BÜCHERN GEGEN DEMENZ

„GRETA IST NICHT MEHR DA“
Tagebuchaufzeichnungen eines pflegenden Angehörigen und großem Serviceteil: Rat und Hilfe zu Demenz/Alzheimer.

„GUT LEBEN MIT DEMENZ. BETROFFENE UND ANGEHÖRIGE KOMMEN ZU WORT.“

„MOTIVIEREN, AKTIVIEREN, STÄRKEN.“
Tipps und Grenzen für Beschäftigung und stadiengerechtes Training für Menschen mit Demenz. Ein Ratgeber für Angehörige.

Die 3 Bücher der MAS Alzheimerhilfe sind gegen eine freiwillige Spende bei allen 6 Demenzservicestellen erhältlich, sowie unter:

alzheimerhilfe@mas.or.at

oder www.alzheimerhilfe.at

Das Buch „Motivieren, Aktivieren, Stärken“ liegt auch im Buchhandel, um 19.90 Euro, auf.

Michaela Bichler und Hedwig Häupl, MAS Demenztrainerinnen.

„Die Aktivierung und Förderung von Bewohnern in Institutionen wie Pflege-Altenheimen oder Krankenhäusern verbessert die Lebensqualität der BewohnerInnen/PatientInnen, schafft neuen Lebensmut und bewirkt aber auch eine Entlastung der Pflegeteams."

MAS AKTIV-ABO
SPEZIELLES DEMENZ SERVICE FÜR INSTITUTIONEN

Die MAS Alzheimerhilfe hat im Oktober 2018 das „MAS Aktiv: Motivieren-Aktivieren-Stärken"- ABO gestartet. Interessierte, Pflegemitarbeiter, Angehörige und MAS DemenztrainerInnen können einmal monatlich die neuen Trainingsinhalte mit kurzen Trainingssequenzen, Themen und Übungen erhalten. Die Jahresgebühr beträgt € 250,00. Mit Ihrer Bestellung und Unterschrift bekommen Sie die Lieferung monatlich, automatisch und postgebührenfrei 12 Monate nach Hause gesendet. Das MAS Aktiv-Abo ist Teil des Konzeptes MAS Aktivtraining. Dieses Aktiv Demenz Service wurde vor allem für Institutionen wie Alten-Pflegeheime bzw. Krankenhäuser erarbeitet, kann jedoch auch zu Hause von Angehörigen verwendet werden.

Mit dem Bezirks-und Altenpflegeheim Ried/I. (Oberösterreich) und dem KH Laas (Kärnten) und Pflegeheim Mondsee (Oberösterreich) gibt es bereits zwei erfolgreiche Vorreiterprojekte, die sich „demenzfit" nennen dürfen.

Dabei werden in einem 5 Module umfassenden Ausbildungscurriculum Institutionen demenzfit gemacht. Die Module vermitteln Basiswissen und Kompetenz für den Umgang mit Menschen mit Demenz in den verschiedenen Demenzstadien. Die Kursteilnehmer lernen, Bewohner im Alltag durch die Implementierung von fördernden Übungen, über den Tag verteilt, stadienspezifisch und bedürfnisgerecht zu fördern. Die Alten-und Pflegeheime erhalten eine Themenmappe mit kurzen Trainingssequenzen, Trainingsmaterialien und Übungen, die vom Pflegeteam mit den Heimbewohnern jederzeit durchgeführt werden können. Diese Übungssequenzen sind zwischen 5 und 20 Minuten lang und können je nach Zeitressourcen aus der Mappe frei gewählt und durchgeführt werden. Das Curriculum schließt mit einer Urkunde ab. Eine Plakette weist das Heim als „demenzfreundlich" aus.

Die Qualität des stadiengerechten Aktivtrainings wird durch regelmäßige Dokumentation und regelmäßigen Austausch sichergestellt. Als weitere Maßnahme zur Qualitätssicherung ist 1 x jährlich ein 4-stündiges Coaching, durchgeführt von einer MAS DemenztrainerIn und einer PsychologIn verpflichtend.

www.alzheimer-hilfe.at/mas_aktiv_mappe_abo.html

ONLINE ÜBUNGEN
SPONTANE AKTIVIERUNG UND BESCHÄFTIGUNG VON MENSCHEN MIT DEMENZ

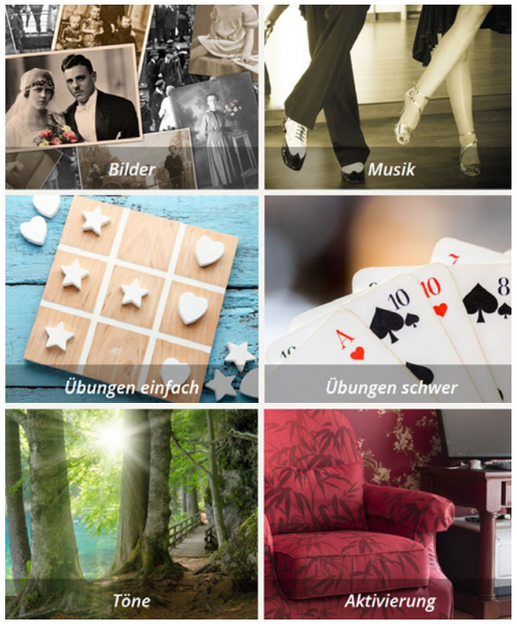
SCHENKEN SIE MAGIC MINUTES

In Zusammenarbeit mit dem Gmundner Unternehmen „Brain Company" bieten wir online-Übungen zur spontanen Aktivierung und Beschäftigung für Menschen mit Demenz an. Holen Sie sich diese „magic minutes" (ausgewählte Musik, Bilder, Töne, Hörstücke und Übungen zum Ausdrucken) gegen eine monatliche Zahlung von 4,90 Euro. Schnell einsetzbar. Wirkungsvoll. Bereichernd. Leicht zu bedienen. Jederzeit kündbar.

Bestellungen direkt bei „The Braincompany":
4810 Gmunden, Franz Josef Platz 16
T: +43 7612 21 5 95
office@thebraincompany.net
www.thebraincompany.net und
www.alzheimerhilfe.at

the brain company

TIPP
Nehmen Sie sich auch immer wieder selbst kleine Auszeiten zum Entspannen. Magic Minutes bietet Ihnen dazu unterschiedliche Anleitungen sowie Kurzmeditationen, Atemübungen und stimmungsvolle Musik.



IHRE SPENDE HILFT!
FÜR EIN BESSERES LEBEN MIT DEMENZ

DANKE

Bedanken möchten wir uns ganz besonders bei unseren Mitgliedern, Freunden, Förderstellen, Sponsoren (T-Mobile, ÖBB Oberösterreich, Barmüller Consulting, Marktforschung Spectra), Kooperationspartnern und allen Familien, die anstelle von Geburtstagsfeiern oder anderen festlichen Anlässen unsere Arbeit für Menschen mit Demenz und deren Angehörigen unterstützt haben. Unser Dank gilt auch den Familien, die unseren gemeinnützigen Verein anstelle von Kranz-und Blumenspenden bedacht haben.

Um den Kampf gegen Alzheimer aufzunehmen, braucht es viel Engagement und einen langen Atem. Umso wichtiger, dass sich viele Menschen finden. Nur gemeinsam konnten die Fortschritte der letzten Jahre erreicht werden.

Wir bitten Sie, uns weiterhin mit Ihrer Spende oder dem Mitgliedsbeitrag zu unterstützen. Für bereits bezahlte Beiträge bedanken wir uns recht herzlich.

DAMIT SIE WISSEN, DASS IHRE SPENDE SICHER ANKOMMT.

Das Österreichische Spendengütesiegel steht für geprüfte Spendensicherheit durch strenge Qualitätsstandards, Transparenz und laufende Kontrolle. Spenden an die MAS Alzheimerhilfe sind steuerlich absetzbar.

KONTO:
Oberbank Bad Ischl
IBAN: AT04 1503 0001 6103 1141
BIC: OBKLAT2L

ONLINE:
www.alzheimerhilfe.at

ÖSTERREICHISCHES SPENDEN GÜTESIEGEL 05736 WWW.OSGS.AT

IHRE SPENDE IST STEUERLICH ABSETZBAR Reg. Nr. SO2223

MAS

WAS FÜR EIN TAG HEUTE IST?
HEUTE IST EIN GUTER TAG!

MAS
ALZHEIMERHILFE

AUCH MIT ALZHEIMER IST EIN
GUTES LEBEN MÖGLICH.

www.alzheimer-hilfe.at