

JAHRES- BERICHT 2019

GEMEINSAM AKTIV
GEGEN DEMENZ

MOTIVIEREN, AKTIVIEREN, STÄRKEN



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.**

MAS

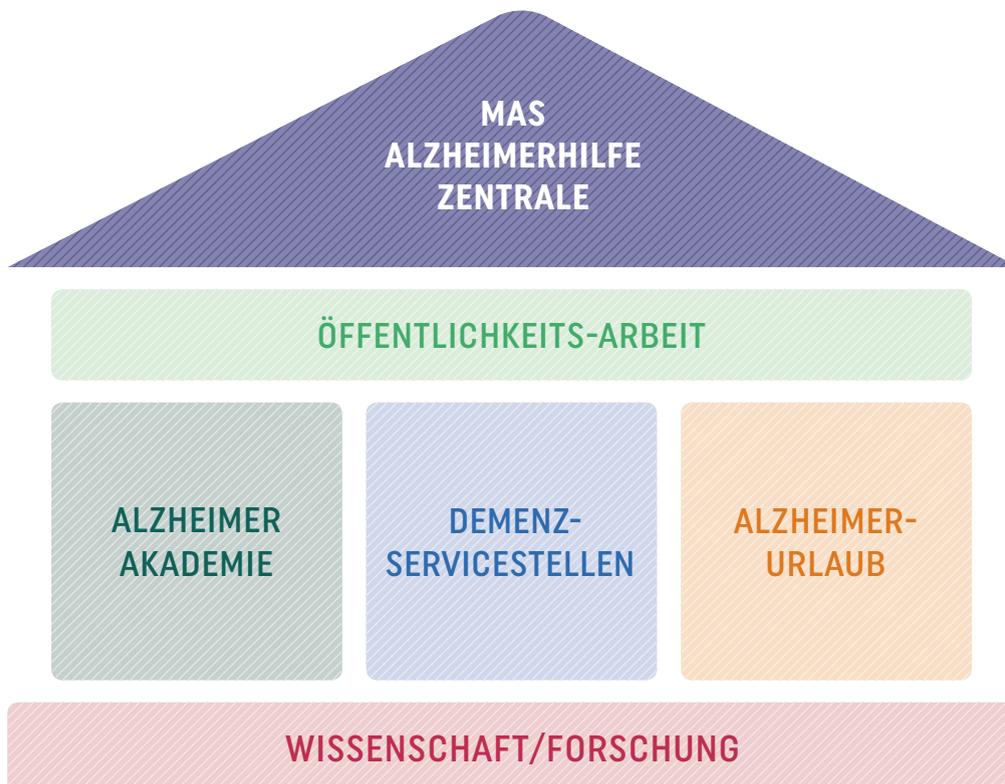
INHALT

- 5 Vorwort
- 6 Wissenschaft und Forschung
- 10 Demenzservicestellen
- 14 Alzheimerakademie
- 16 Alzheimerurlaub
- 18 Öffentlichkeitsarbeit
- 20 Weltalzheimerntag 2019
- 22 Bewegung: ein wichtiger Faktor gegen Demenz
- 24 Brainwalk: Gedächtnisparcours
- 26 DEMENZ UND ICH
- 28 E-Learning zur Unterstützung der Polizei
- 32 Danke
- 34 Ihre Spende hilft!

**DIE
MAS ALZHEIMERHILFE**
IST EIN GEMEINNÜTZIGER
VEREIN UND SEIT 1997
IHRE KONKRETE
ANLAUFSTELLE IN
ALLEN FRAGEN ZU
DEMENZ / ALZHEIMER
FÜR BETROFFENE UND
ANGEHÖRIGE.



**DEMENZSERVICESTELLEN
ALZHEIMER AKADEMIE
WISSENSCHAFT/FORSCHUNG
ALZHEIMERURLAUB FÜR PAARE IN BAD ISCHL
ÖFFENTLICHKEITSARBEIT**



GEMEINSAM AKTIV FÜR EIN GUTES LEBEN MIT DEMENZ

LIEBE MITGLIEDER, LIEBE SPENDERINNEN, LIEBE FREUNDINNEN, LIEBE SPONSOREN

2019, das 22. Jahr unseres Bestehens stand ganz besonders unter dem Motto: „Verstärkte, konkrete Hilfe für Menschen mit Demenz und deren Angehörige.“

Um die Hilfs-, Begleit- und Entlastungsangebote der MAS Alzheimerhilfe bekannter zu machen, zu multiplizieren und weiter zu verbreiten, gab es viele Kooperations-Initiativen in den einzelnen Bundesländern, um Synergien und Ressourcen von Vernetzungen optimal auszuschöpfen. In Kärnten (Curatum), St.Pölten und Deutschlandsberg haben wir einen starken Schwerpunkt auf den Bereich Aus- und Weiterbildung für speziell geschulte MAS DemenztrainerInnen und AktivtrainerInnen gelegt. Über das E-learning Programm „Einsatz Demenz“ wurde mit der Sicherheitsakademie des Bundesministeriums für Inneres mittlerweile jede dritte PolizistIn zu Demenz geschult. Ein Erfolg der Strategie, Vernetzung zu einem verpflichtenden Teil des Polizei-Zertifizierungsprozesses zu machen: durch diese Kooperation der Dienststellen mit Ansprechpartnern aus dem sozialen Bereich (Demenzservicestellen, Pflegeheime, soziale Einrichtungen wie Tagesstätten), konnten wir eine enorme Verbesserung der Unterstützung betroffener Familien flächendeckend in Österreich erreichen. Über die Kooperation mit den Regionalmedien Austria/MiniMed gab es ebenfalls ein österreichweites Angebot zur Hilfe für Angehörige sowohl als Praxishandbuch als auch als Online-Schulung: „Demenz und Ich“.

Dieses „Gemeinsam mehr erreichen“ zeigt sich auch in unserer Zusammenarbeit mit österreichischen Alten- und Pflegeheimen, in denen wir MAS Aktivprogramme installiert haben und so konkrete Entlastung für die Pflegeteams und eine gute Begleitung der Betroffenen bewerkstelligen. Durch die Zusammenarbeit mit Runnersfun und dem eigens entwickelten Brainwalk (ein Gedächtnisparcours und Entschleunigungspfad, der die grauen Zellen in freier Natur trainieren soll) legen wir ein Angebot an Gemeinden und bringen so das Thema „Bewegung und Vorsorge“ in die Öffentlichkeit.



© Stadler

Der Bedarf an qualifizierter Ausbildung steigt. Das Wissen um Demenz ist eine Grundvoraussetzung, um optimale Behandlung und Betreuung von Menschen mit Demenz zu gewährleisten. Durch die Kooperation mit der Donau-Universität Krems sowie internationalen Netzwerk-PartnerInnen (wie Interdem) sind wir Garanten für verbesserte, wissenschaftlich abgesicherte Lösungen für betroffene Familien.

Demenz braucht Wissen! Demenz braucht Sie! Denn Demenz ist ein Weg, den man am besten gemeinsam geht. Dann ist ein gutes Leben mit Demenz möglich. Wir bauen weiterhin auf Ihre Unterstützung und blicken zuversichtlich in die Zukunft.

Mag. (FH) Edith Spahr,
Geschäftsführerin in der MAS Alzheimerhilfe

WISSENSCHAFT UND FORSCHUNG: ALLIANZ FÜR DEMENZ / ALZHEIMER



Carmen Viereckl (MAS, 3. von links) am Foto mit Partnern aus der Schweiz (Creagy, Terz Stiftung), aus Holland (DeWever) und Österreich (AIT, Kepler, Carecenter).



Projektteam beim Zwischenberichts-Treffen in den Niederlanden mit Roland Sperling (letzte Reihe, 3. von links).

CO-TRAIN: TEUFELSKREIS DEMENZ UND GEBRECHLICHKEIT

Viele Personen die von Demenz betroffen sind, zeigen im Krankheitsverlauf zusätzlich Symptome wie den Verlust der Muskelstärke (z.B. in den Händen), Verlust des allgemeinen Energieniveaus, reduzierte Gehgeschwindigkeit, verringerte körperliche Aktivität, und Gewichtsverlust. Wenn drei der genannten Symptome vorhanden sind, spricht man von Gebrechlichkeit. Gebrechlichkeit führt zu reduzierter allgemeiner Alltagskompetenz und zu weiteren gesundheitlichen Problemen wie Stürzen, Depressionen, Ängstlichkeit und Isolation. Die Unabhängigkeit der Person mit Demenz wird zusätzlich durch die Entwicklung von Gebrechlichkeit bedroht. Gebrechlichkeit lässt sich durch frühzeitige Maßnahmen verhindern oder abschwächen.

In dem Projekt Co-Train werden tragbare Körpersensoren, die die Bewegung während des Gehens, Stehens oder Stiegensteigens messen, getestet. Personen mit frühen Symptomen einer Demenz sollen durch gezielte Übungen individuell in ihrer Beweglichkeit gefördert werden und bekommen dadurch die Chance, länger unabhängig zu leben. Resultate für das Projekt Co-Train sind 2020 zu erwarten.



FREEWALKER: FREIE BEWEGUNG FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ

Stürze, Wandern und Probleme der Orientierung stellen ein großes Risiko für Menschen mit Demenz dar. Schwere Verletzungen und finanzielle Belastungen für das Gesundheitssystem und die Gesellschaft sind die Folge.

Das Projekt „FreeWalker“ entwickelt Technologien, die Personen mit Demenz helfen sollen, sich weiterhin frei in ihrer Umgebung bewegen zu können. Die Entwicklung der Technologien erfolgt gemeinsam mit Menschen, die kognitive Symptome im Alltag bemerken. Ergebnisse für das Projekt FreeWalker sind für 2021 zu erwarten.



DAYGUIDE: ENTWICKLUNG VON TECHNI- SCHEN HILFSMITTELN FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ

Mehr als 40 Familien, die von Demenz betroffen sind, wurden in die klinische Untersuchung von Dayguide eingeschlossen. Die Teilnehmer wurden gebeten, Dayguide für 8 Wochen zu verwenden. Das Hauptziel von Dayguide ist es, die Unabhängigkeit der Person mit Demenz zu verlängern und den Angehörigen gleichzeitig zu entlasten. 2019 wurde der Feldversuch des AAL Projektes „Dayguide“ abgeschlossen und das Projekt beendet.

DayGuide »

ERSTE KREMSE DEMENTZKONFERENZ ZUM THEMA ZEITGERECHTE DEMENTZDIAGNOSE

2019 wurde Anfang November erstmals die Kremser Demenzkonferenz zum Thema zeitgerechte Diagnose veranstaltet. Prominente internationale Wissenschaftler und Personen aus der Praxis kamen deshalb nach Österreich. Barry Reisberg von der New York University, der Entwickler des Stadienkonzeptes, auf dem die Behandlungs- und Ausbildungskonzepte der MAS Alzheimerhilfe aufgebaut ist, Bruno Dubois von der Sorbonne Universität Paris, Iva Holmerova (Alzheimer Europe) und Marc Wortmann (vormals Alzheimer's Disease International) waren sich einig: „Zeitgerechte Diagnose ist das wichtigste Element für die Integration von Menschen mit Demenz in unsere Gesellschaft. Wenn wir die Bedürfnisse am Beginn der Krankheit ernst nehmen, fallen Menschen mit Demenz erst gar nicht aus der Gesellschaft heraus, sondern bekommen die Chance, ihr Lebens-Potential voll auszuleben.“

DAS PROJEKT „DEMDATA“ WURDE 2019 ABGESCHLOSSEN

Das vom Österreichischen Forschungsfonds finanzierte Kooperationsprojekt zwischen der Donau Universität, der MAS Alzheimerhilfe und der Karls Universität in Prag wurde 2019 erfolgreich abgeschlossen. Untersucht wurden insgesamt 1085 Personen in Pflegeheimen beider Länder. Die Ergebnisse zeigen, dass entgegen den Erwartungen über 85% der Bewohner von Alten- und Pflegeheimen eine kognitive Beeinträchtigung aufweisen, jedoch nur etwa 58% eine medizinische Diagnose in ihren Patientenakten haben. 80% der untersuchten Personen hatten Verhaltensauffälligkeiten. Fast die Hälfte der untersuchten Personen hatten Schmerzen und knapp 80% hatten Bewegungseinschränkungen und waren von Mangelernährung betroffen. 2019 wurden die Daten in ein Repository übertragen und stehen nun auch anderen WissenschaftlerInnen zur eigenen Analyse zur Verfügung.

Informationen zu den Publikationen:

<https://www.donau-uni.ac.at/de/universitaet/fakultaeten/gesundheitsmedizin/departments/klinische-neurowissenschaften-praeventionsmedizin/forschung/projekte/demdata-.html>

MAS BETEILIGT SICH AN EINEM INTERNATIONALEN BUCHPROJEKT ZUM THEMA : LÄNDLICHE VERSORGUNG VON MENSCHEN MIT DEMENZ

2018 wurde ein Buchprojekt von Professor Dr. Debra Morgan (University of Saskatchewan, Canada) und Professor Dr.ⁱⁿ Anthea Innes (University of Salford, UK) gestartet, zu dem auch Univ. Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Stefanie Auer eingeladen wurde. In dem Buch wird die spezielle Expertise zur Begleitung von Menschen mit Demenz im ländlichen Bereich abgehandelt. Es ist das erste Buch zu diesem Thema. Das Buch wird 2020 erscheinen.



Drei internationale Experten: Auer, Kandel und Myrrha Vernooij-Dassen.

MAS MEETS NOBELPREISTRÄGER

Vortrag auf der Geriatrietagung: Erfindung des Alters vom 25.-27. April 2019: Prof. Auer hielt einen Vortrag zum Thema: Vor-Diagnostische Beratung als Methode der Früherkennung demenzieller Erkrankungen und traf den bekannten Hirnforscher Eric Kandel (Kandel ist ein US-amerikanischer Psychiater, Physiologe, Neurowissenschaftler, Verhaltensbiologe und Biochemiker österreichischer Herkunft. Kandel wurde im Jahr 2000 mit dem Nobelpreis für Medizin ausgezeichnet) und die Forscherin Myrrha Vernooij-Dassen. Sie ist aktuell Vorsitzende von Interdem, einem europaweiten Netzwerk von Forschern, die an der Verbesserung der Lebensqualität von Menschen mit Demenz arbeiten.

DEMENZSERVICE- STELLEN (DSS) DIE KONKRETEN ANLAUFSTELLEN FÜR BETROFFENE UND ANGEHÖRIGE



„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

Eine Demenzerkrankung stellt sowohl die Betroffenen als auch ihre Angehörigen vor eine Reihe von Fragen und Herausforderungen. Die Demenzservicestellen der MAS Alzheimerhilfe leisten hier seit vielen Jahren konkrete Beratung und Hilfe. Der Großteil der Angebote ist kostenlos. Für das regelmäßige MAS Demenz-Trainingsangebot ist ein Kostenzuschuss zu leisten.

Die Demenzservicestellen bieten:

- Informationsarbeit (Vorträge)
- Informationsmaterialien (Bücher, MAS Tipps,...)
- Alzheimertelefon (in allen Fragen zu Demenz)
- Früherkennung und psychologische Abklärung für Personen, die sich Sorgen um ihre Gedächtnisleistung machen.
- MAS Demenz-Training und Förderung für Betroffene (individuell abgestimmt nach den Stadien der Demenz)
- Beratung/Info für Betroffene und Angehörige
- Regelmäßige Treffen und Vortragsreihen für Angehörige
- Selbsthilfegruppen für Betroffene

NOCH BESSERE DEMENTZBEGLEITUNG IN OBERÖSTERREICH

Die Weichen für die Zukunft sind gestellt durch die Ausrollung des IVD-Projektes (Integrierte Versorgung Demenz) des Landes OÖ und der österreichischen Gesundheitskasse ab 1.1.2020.

2019 war für die MAS Demenzservicestellen ein besonders erfolgreiches Jahr. Es wurde nämlich bereits mit der Umsetzung des IVD-Projektes begonnen. Das heißt, bis 2025 wird in OÖ das Angebot von derzeit sechs auf elf Demenzservicestellen schrittweise ausgebaut. Mit der Leitung von 7 Demenzservicestellen in OÖ bleibt die MAS Alzheimerhilfe auch weiterhin der größte Träger bei der Begleitung von betroffenen Familien in OÖ. Mit insgesamt 11 DSS in OÖ kommt es zu einer noch besseren und schnelleren Erreichbarkeit für betroffene Familien.

Das Modell der Demenzservicestelle der MAS Alzheimerhilfe hilft bei der Früherkennung der Demenz und bei der Entlastung der Angehörigen. Je früher

eine Demenzdiagnose gestellt wird und die Interventionen beginnen, desto wahrscheinlicher kann das Fortschreiten der Erkrankung verzögert werden.

Ziel ist es, in den kommenden Wochen und Monaten die neuen Strukturen der Demenzservicestellen aufzubauen und die Versorgungsstrukturen gut aufeinander abzustimmen, zu bündeln und weiterzuentwickeln. Dadurch ist eine wirksame, qualitätsvolle Begleitung für betroffene Familien gewährleistet.

DIE DEMENZSERVICESTELLEN DER MAS ALZHEIMERHILFE

Demenzservicestelle Linz Nord/Urfahr:

Aus den DSS Ottensheim und Pregarten wird die Demenzservicestelle Linz Nord/Urfahr. Ferihumerstraße 5, 4040 Linz.

Demenzservicestelle in Gmunden:

Die DSS Regau wurde nach Gmunden verlegt. Georgstraße 5, Top 3.2, 4810 Gmunden.

Demenzservicestelle in Micheldorf/Kirchdorf:

wird in Zukunft an regelmäßigen Sprechtagen für betroffene Familien erreichbar sein.

Demenzservicestelle Ried/Innkreis:

Bahnhofstraße 38/1, 4910 Ried.

Demenzservicestelle Bad Ischl:

Lindaustraße 28, 4820 Bad Ischl.

Demenzservicestelle Rohrbach und Braunau:

Hier werden zusätzliche Demenzservicestellen aufgebaut.

Informieren Sie sich auf unserer Homepage über regelmäßig stattfindende Sprechtag und Informationsveranstaltungen in Ihrer Umgebung.



Nicole Moser, Sigrid Schneeweis und Stefanie Plötzener bei der Präsentation des MAS Demenztrainings.



TRAINING UND FÖRDERUNG VOR ORT

Stadiengerechte Trainingsgruppen für Menschen mit Demenz wie auch Präventionsgruppen finden nicht nur in den DSS, sondern auch in Gemeinden vor Ort statt. Dieses besondere Service erleichtert die Inanspruchnahme dieses Angebotes, da es Anfahrtswege für Familien erheblich verkürzt.

Das MAS Demenztraining ist ein stadiengerechtes, retrogenetisches Training, das zur Erhaltung und Förderung noch vorhandener Fähigkeiten von Menschen mit Demenz beiträgt.

AUFKLÄRUNG UND INFORMATION, MOTIVATION ZUR FRÜHERKENNUNG

Ein sehr wichtiger Teil unserer Arbeit ist die Früherkennung. Oftmals fühlen sich Menschen mit Gedächtnisproblemen nicht verstanden und ziehen sich zurück um ihre Probleme möglichst lange zu verbergen. Dabei kann man gerade in den frühen Stadien von Demenz das Fortschreiten der Krankheit stark verzögern und eine gute Lebensqualität erhalten. Ziel der Informationsarbeit ist es, Betroffene zu motivieren, keine Zeit zu verlieren. Prophylaxe und Früherkennung sind wichtig und mit der Diagnose Demenz ist bei rechtzeitiger Behandlung eine hohe Lebensqualität möglich. Die Demenz-Diagnose-Rate in Österreich ist derzeit noch sehr niedrig und liegt bei 20 bis 30 Prozent. Das bedeutet, dass der Großteil der betroffenen Menschen und deren Familien nicht die Unterstützung bekommen, die sie benötigen. Deshalb wurde 2019 viel Bewusstseinsbildung geleistet, die Früherkennung forciert und neue Präventionsgruppen aufgebaut.

Stefanie Plötzeneder beim
MAS Demenztraining.



Einblick in ein Angehörigentreffen
in den Demenzservicestellen.



Fotos dieser Doppelseite ©Margot Haag

ALZHEIMERAKADEMIE MIT STARKER AUSBILDUNGS- OFFENSIVE

„Der Bedarf an qualifizierter Ausbildung steigt. Das Wissen um Demenz ist eine Grundvoraussetzung, um optimale Behandlung und Betreuung von Menschen mit Demenz zu gewährleisten. Die Basis jeder guten Versorgung von Menschen mit Demenz und betroffenen Familien ist eine qualifizierte Ausbildung. Wissen über Demenz/Alzheimer hilft handeln. Die MAS Alzheimerhilfe trägt diesem Anspruch nach Ausbildungsqualität Rechnung und belegt dies auch nach außen hin durch die TÜV-Zertifizierung.“



Christine Adler, Leiterin der Alzheimerakademie der MAS Alzheimerhilfe



Katharina Muhr, Stellvertretung der Ausbildungsleitung

Fotos © Stadler

DEMENZ, WAS NUN? WISSEN HILFT!

Speziell im Bereich der MAS Alzheimerakademie konnte durch Vernetzung und neue Kooperationen eine Ausdehnung unserer Ausbildungen in die Bundesländer erreicht werden. „Teilweise wurden österreichweit acht Kurse parallel gehalten, aktuell laufen fünf Kurse. Neben den Kursorten Linz und Bad Ischl haben sich mittlerweile auch St. Pölten und Deutschlandsberg etabliert. Durch die Kooperation in Kärnten mit der Curatum Bildungsakademie erreichen wir eine Ausweitung des Einsatzgebietes von MAS DemenztrainerInnen. Alleine 2019 wurden weitere 60 TrainerInnen geschult, d.h. bis dato wurden über das Schulungsprogramm der MAS Alzheimerhilfe österreichweit 720 MAS DemenztrainerInnen ausgebildet. Ebenso guten Zuspruch erfährt unser Programm der MAS AktivtrainerInnen Ausbildung“, zieht MAS Alzheimerakademie Leiterin Christine Adler Bilanz.

DIE MAS ALZHEIMERHILFE BIETET EIN ANGEBOT FÜR ...

EINZELPERSONEN

Aus-Weiterbildung MAS DemenztrainerIn:

Wir bilden Fachpersonal aus, das lernt, die Krankheit und die Bedürfnisse von Personen mit Demenz zu verstehen. Ziel ist es, die jeweiligen Fähigkeiten von Betroffenen zu erkennen und sie so zu fördern, dass sie so lange wie möglich erhalten bleiben. MAS DemenztrainerInnen arbeiten entweder selbstständig oder in Institutionen im Pflege- und Gesundheitsbereich.

Universitätslehrgang „Demenzstudien“:

Aktuell ist der neue Lehrgang an der Donau-Universität Krems gestartet.

INSTITUTIONEN

Fortbildung/Pflegeheimschulung:

Pflegeheime werden mit der Fortbildung demenzfit gemacht.

MAS Aktivtraining:

Das Pflegeteam wird ausgebildet, BewohnerInnen in Alten- und Pflegeheimen, sowie auch in Krankenhäusern mittels MAS Kurztrainings aktiv durch den Tag zu begleiten.

DIE MAS ALZHEIMERAKADEMIE HAT 2019:

60

neue MAS AktivtrainerInnen ausgebildet.

59

Vorträge gehalten.

15

Alten- und Pflegeheime mit regelmäßigem Gruppentraining versorgt.

185

Teilnahmen an regelmäßigen Gruppentrainings in Alten- und Pflegeheimen verzeichnet.

720

MAS DemenztrainerInnen ausgebildet (insgesamt).



ALZHEIMERURLAUB FÜR PAARE IN BAD ISCHL AUSZEIT FÜR ANGEHÖRIGE



„Durch die MAS Alzheimerhilfe haben wir jetzt eine Form, Urlaub zu machen, die für uns beide toll ist. Ich habe Auszeit. Mein Mann ist gut betreut, versorgt und das ist mittlerweile auch wichtig in unserem Alltag.“

Margareta Vogler, Angehörige



„Ich habe es nicht für möglich gehalten, dass wir noch so schöne Tage verbringen können“, berichtet ein Angehöriger über den Alzheimerurlaub für Paare in Bad Ischl. Eine andere sagt: „Hier habe ich das Gefühl: ich bin auf Urlaub und kann tun, was ich früher auch gerne gemacht habe: relaxen oder ein Buch lesen, ohne mir Sorgen machen zu müssen, wer sich um meine/n Frau/Mann kümmert.“ „Genau das, macht diesen Urlaub so besonders. Im zweiwöchigen Therapie- und Förderaufenthalt (TuF) in Bad Ischl in der wohltuenden Hotelatmosphäre eines Viersternehotels (Hotel Goldener Ochs) und der Kaiserstadt Bad Ischl wird der Partner entlastet und die Betroffenen nach Ihren vorhandenen Fähigkeiten beschäftigt und gefördert.“

Ein speziell ausgebildetes Team, bestehend aus MAS DemenztrainerInnen, PflegerInnen, PsychologInnen und SozialarbeiterInnen, steht für Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen zur Verfügung. Das Rundum-Paket umfasst Wohlfühl- Freizeit- und Unterhaltungsangebote sowie Informationen über die Krankheit und Beschäftigungsmöglichkeiten für zu Hause. 2019 gab es wieder 5 Termine.



Der einzige TÜV-zertifizierte Alzheimerurlaub in Österreich



DEMENZ BRAUCHT ÖFFENTLICHKEIT

DIE MAS: EINE STARKE STIMME FÜR BETROFFENE FAMILIEN

Demenz braucht Öffentlichkeit, damit das Thema stärker in das Blickfeld gerät und betroffene Familien den Stellenwert bekommen, den sie wirklich brauchen. Initiativen, wie der Themenschwerpunkt vom 12. bis 19. Oktober 2019 „bewusst gesund: Leben mit Demenz“ im ORF sind dabei von unschätzbarem Wert für die Enttabuisierung des Themas, qualifizierte Informationen und konkrete Hilfestellungen für Betroffene und Angehörige. Die MAS Alzheimerhilfe war mit Beiträgen in ORF Wien (Polizeiprojekt „Einsatz Demenz“), ORF OÖ, Stöckl live, Bewusst Gesund (Alzheimerurlaub) und in der Berichterstattung im Umfeld (Life Radio) und den Nachrichten vertreten. Zur Öffentlichkeitsarbeits-Routine gehören aber auch Vorträge bzw. Informationsarbeit bei Messeveranstaltungen.



Vorträge und Informationsarbeit bei Messen. Eine von vielen Aufgaben unserer Dementzservicestellen. Hier: Carmen Viereckl und Rosa Handlbauer bei der Messe Ried.



Stefanie Auer, Roland Sperling, Felicitas Zehetner, Edith Span und Anna Kreil bei der ORF Sonder-sendung „Stöckl live“.



Katharina Muhr live on air beim Liferadio.



Carmen Viereckl und Roland Sperling live beim Lokalradio.



Vortrag von Julia Wimmer-Elias im Rahmen von MINI-MED.

MAS-ALZHEIMERHILFE ZUM WELTALZHEIMERTAG 2019

Welt-Alzheimertag ist der 21. September. Seit 1994 finden an diesem Tag vielfältige Aktivitäten in aller Welt statt, um die Öffentlichkeit auf die Situation der Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen aufmerksam zu machen.



Fotos dieser Seite © Hörmandinger

Von links nach rechts: Mayr (Runnersfun), Kreil, Span und Zehetner (MAS), Schweizer

VORTRAG GERNOT SCHWEIZER: BEWEGUNG GEGEN DEMENZ

250 Gäste füllten das Lehar Kino in Bad Ischl. Anna Kreil, stellvertretende Geschäftsleitung der MAS Alzheimerhilfe und Leiterin der MAS Initiative „Bewegung gegen Demenz“ führte souverän durch die Informationsveranstaltung. Felicitas Zehetner, Obfrau und Gründerin der MAS Alzheimerhilfe eröffnete gemeinsam mit dem Hausherrn und Europaabgeordneten Bgm. Hannes Heide. Danach präsentierte der Hauptsponsor des Abends und MAS Kooperationspartner Runnersfun, GF Erich Mayr, den „Brainwalk“. Der Gedächtnisparcours lädt auf verschiedenen Stationen zur geistigen und körperlichen Bewegung in freier Natur ein. Beispiele hierfür gibt es bereits in Bad Ischl und Pilsbach.

„Beweg dich und dein Hirn sagt Danke“, so Gernot Schweizer, der mit seinem Vortrag fast zwei Stunden lang das Publikum begeisterte. Der Physio- und Neurotherapeut, sowie Fitness-Coach von Stars wie Manuel Feller und Marcel Hirscher führte aus, wie sehr Bewegung von Kindheit bis ins hohe Alter wichtig ist, um Krankheiten wie Demenz vorzubeugen. Er zeigte auf, wo das System versagt, forderte aber auch nachdrücklich mehr Eigenverantwortung und Prävention.

„Verhaltensweisen, die für die Herzgesundheit gut sind, beugen auch dem geistigen Abbau vor: Was gut fürs Herz ist, ist gut fürs Gehirn.“

Felicitas Zehetner, Obfrau und Gründerin der MAS Alzheimerhilfe

„Es ist wichtig, dass die MAS Alzheimerhilfe immer wieder neuen Ideen für betroffene Familien präsentiert, um das Thema Demenz/Alzheimer zu enttabuisieren und in die Öffentlichkeit zu tragen.“

Hannes Heide, Bürgermeister Bad Ischl und Europaabgeordneter

„Bewegung muss schmecken wie guter Rotwein. Es gilt zwanglose Angebote zu schaffen, die niederschwellig sowie frei zugänglich sein und die den Menschen gut tun.“

Erich Mayr, GF der Runnersfun Consulting GmbH

„Die Weichen für Demenz werden schon im Kindesalter gesetzt.“

Gernot Schweizer, seit über 30 Jahren Trainer und Physiotherapeut, Bundeskoordinator für Bewegung und Sport in Österreich, Vortragender für Gemeinden und Institutionen sowie Buchautor. teamschweizer.at



BEWEGUNG: EIN WICHTIGER FAKTOR GEGEN DEMENZ

-
- 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 FÜRS HERZ IST, IST GUT FÜRS GEHIRN!**





Anna Kreil und Gernot Schweizer setzen mit „Bewegung gegen Demenz“ ein erstes aktives Zeichen, um die Wichtigkeit von Bewegung als einen Faktor im Kampf gegen das Vergessen zu verdeutlichen.



„Bewegung ist in jedem Alter wichtig, um Geist und Körper fit zu halten. Wir wissen, dass schon eine Stunde Bewegung am Tag, Demenz vorbeugen und den Fortschritt der Erkrankung verzögern kann.“
 Anna Kreil, Stellvertretende Geschäftsführerin der MAS Alzheimerhilfe



Gernot Schweizer (hier mit ORF Moderatorin Alina Zellhofer) richtete bei seiner Buchpräsentation den dringlichen Appell an die Bevölkerung Eigenverantwortung zu übernehmen und Bewegung auch als wichtige Präventionsmaßnahme für die allgemeine Gesundheit zu sehen, denn: „Kein Hirn ohne Körper.“

BRAINWALK®

GEDÄCHTNIS- PARCOURS

„Es gilt zwanglose Angebote zu schaffen, die niederschwellig sowie frei zugänglich sind und die den Menschen gut tun. Denn, wer die Bewegung mit Gedächtnisübungen kombiniert, tut Gutes für Geist und Körper. Und je früher wir damit anfangen, desto besser.“

Erich Mayr, GF Runnersfun, Experte für Lauf-und Walkingparks.



BRAINWALK®

Gedächtnisparcours

- 1  BEWEGUNG
- 2  KURZZEITGEDÄCHTNIS
- 3  LANGZEITGEDÄCHTNIS
- 4  RECHNEN & ORDNEN
- 5  KONZENTRATION
- 6  KREATIVITÄT
- 7  WAHRNEHMUNG



7 Trainingstationen
für ein fitteres Gedächtnis



TRAINING FÜR DIE GRAUEN ZELLEN IN FREIER NATUR

In Zusammenarbeit mit Runnersfun wurde der Brainwalk® Gedächtnisparcours entwickelt.

Der Brainwalk® Gedächtnisparcours ist ein wichtiger Beitrag zur Prävention, ein Training für unsere grauen Zellen mit hochwissenschaftlichen Hintergrund, aber so aufbereitet, dass er mit wissensunabhängigen Fragen für alle Zielgruppen geeignet ist. Aufgebaut auf sieben Stationen mit sieben Themenkreisen. Die Fragen sind kombiniert mit kognitiven und psychomotorischen Übungen, die sich in Aufgaben und Lösungen abwechseln. Nach Bad Ischl (Vorreiter für MAS Gedächtnisparcours) sind die Gemeinden Albern- dorf und Pilsbach weitere Anbieter für den „Brainwalk“. Das Konzept soll nun weiteren Institutionen und Gemeinden angeboten werden.

DEMENZ UND ICH.
HILFE FÜR ANGEHÖRIGE,
KOSTENLOSE ONLINE-
SCHULUNG UND
HANDBUCH MIT
WERTVOLLEN TIPPS.

MINI MED kompetent. informiert.



„Die Online-Schulung
ist eine gute Stütze
für meinen Alltag“

Margareta Vogler, Angehörige

DOPPELTE HILFE FÜR ANGEHÖRIGE

Kostenlose Unterstützung: Praxishandbuch und Online-Schulung

Aktuell leiden 130.000 Menschen in Österreich an Demenz. Acht von zehn Betroffene werden zu Hause von Angehörigen betreut. Um die sehr herausfordernde Tätigkeit der Betreuung einer Person mit Demenz gut leisten zu können, brauchen Angehörige Unterstützung. Deshalb hat die MAS Alzheimerhilfe in Zusammenarbeit mit MINI MED die Initiative „DEMENZ UND ICH“ ins Leben gerufen.

Sie besteht aus:

- einem praktischen Handbuch sowie
- einer speziell entwickelten Online-Schulung.

Ziel ist es Wissen über Demenz/Alzheimer zu vermitteln und den Angehörigen ein Handwerkszeug für den Umgang mit Personen mit Demenz zu geben – weil ein gutes Leben trotz Demenz möglich ist!

Das Praxishandbuch „DEMENZ UND ICH – Hilfe für Angehörige“

Zahlen, Daten & Fakten um die Krankheit Demenz besser zu verstehen, nützliche Hinweise zum Thema Vorsorge und Früherkennung sowie zahlreiche konkrete Tipps & Handlungsempfehlungen für den Umgang mit Menschen mit Demenz.

Umfang: ca. 80 Seiten; auch als Download und mit Vorlesefunktion verfügbar.

Die Online-Schulung „DEMENZ UND ICH – Online-Hilfe für Angehörige“

Modular aufgebautes E-Learning das die Inhalte aus dem Handbuch interaktiv verpackt und durch abwechslungsreiche Audio- und Videoelemente ergänzt. Am Ende gibt es die Möglichkeit durch Absolvierung eines „Wissenstests“ das Erlernte zu festigen und sich durch Ausstellung einer Urkunde bescheinigen zu lassen.

**Mehr Information unter:
www.minimed.at/demenzundich**

EINSATZ DEMENZ: E-LEARNING ZUR UNTERSTÜTZUNG DER POLIZEI

„Die MAS Alzheimerhilfe ist sehr stolz, mit dem Verwaltungspreis 2019 und zwei weiteren Innovationspreisen ausgezeichnet worden zu sein. Es zeigt, dass das Thema Demenz und der Umgang mit Demenz in unserer Gesellschaft eine sehr aktuelle und wichtige Angelegenheit ist. Daher freut es mich umso mehr, dass wir durch das Onlinetraining einen innovativen Zugang zu diesem Bereich gefunden haben und es so konkrete Hilfe für viele betroffene Familien gibt.“

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



Von links nach rechts: Eduard Dernesch, Markus Richter (beide SIAK), Stefanie Auer (MAS, DUK), Lisa Bauer (SIAK)

EIN PROJEKT VIEL KONKRETE HILFE UND VIELE AUSZEICHNUNGEN

PolizistInnen als professionelle Gruppe im öffentlichen Raum sind für Menschen mit Demenz und deren Angehörigen oft die ersten AnsprechpartnerInnen vor allem in Krisensituationen. Damit PolizistInnen handlungssicher werden und entsprechend auf die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz reagieren können, wurde von der MAS Alzheimerhilfe (Projekt Fonds Gesundes Österreich 2442) das Projekt „Einsatz Demenz“ unter der Leitung von Frau Univ. Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Stefanie Auer initiiert.

Die Idee des Projektes war die Erstellung eines E-learning Programms, um eine ressourcensparende Alternative zu Präsenzs Schulungen anbieten zu können. Gemeinsam mit der Sicherheitsakademie des Bundesministeriums für Inneres (SIAK) wurde das E-learning Programm technisch umgesetzt und ein Zertifizierungsverfahren für Polizeidienststellen gemeinsam mit der Donau-Universität Krems entwickelt. Auf der Basis von Fokusgruppen Interviews mit Polizistinnen und Polizisten wurden drei interaktive Lernmodule entwickelt, die inhaltlich auf mögliche Situationen im Arbeitsalltag der PolizistInnen abgestimmt wurden. Das Lernprogramm steht allen PolizistInnen über das Intranet des Innenminis-

teriums zur Verfügung und kann bei Bedarf jederzeit wiederholt werden. Eine Polizei Dienststelle kann um eine Zertifizierung zur „Demenzfreundlichen Dienststelle“ ansuchen, wenn mindestens 70% der Bediensteten das Lernprogramm mit einem Zertifikat positiv abgeschlossen haben. Die Dienststelle muss auch nachweisen, dass sie sich mit Sozialeinrichtungen in der Umgebung vernetzt hat.

E-LEARNING PROJEKT „EINSATZ DEMENZ“ GEWINNT E-AWARD 2019

Am 1. Februar 2019 erhielt „Einsatz Demenz“ im Wiener T-Center den E-Award in der Kategorie „Aus- und Weiterbildung“ für innovative IT-Lösungen. „Es ist dies eines der besten Digitalisierungsprojekte aus Wirtschaft und Verwaltung in Österreich“, ein vorbildhaftes Engagement der Exekutive zum Thema Demenz, eine Investition in Menschen und Zusammenleben und „die erfreuliche Initiative und übergreifende Zusammenarbeit“, so die Jury. Dieser Wirtschaftspreis wird jährlich vom Fachverlag Report in Kooperation mit der Plattform digitales Österreich und Partnern aus der Wirtschaft vergeben. Nominiert waren insgesamt 46 Projekte in sieben Kategorien.



Von links nach rechts: Eduard Dernesch (SIAK), SC Angelika Flatz (BM für öffentlichen Dienst und Sport), Markus Richter (SIAK), Ing. Lisa Bauer (SIAK) Univ.-Prof. Dr. Stefanie Auer (DUK, MAS), Kurt Bauer (SIAK)

VERWALTUNGSPREIS 2019 FÜR DAS PROJEKT „EINSATZ DEMENZ“

Am 18. Juni 2019 gab es für dieses E-learning-Programm dann in der Nationalbibliothek in Wien die Auszeichnung des Hauptpreises in der Kategorie „Co-Creation und Kooperation“ beim Verwaltungspreis. Ausschlaggebend für den Erfolg waren, die „Problemlösungen von nachhaltiger Wirkung und die Partizipation verschiedener Interessensgruppen.“

NOMINIERUNG FÜR DEN VERWALTUNGSPREIS 2019

Am 1. Februar 2019 erhielt „Einsatz Demenz“ im Wiener T-Center den E-Award in der Kategorie „Aus- und Weiterbildung“ für innovative IT-Lösungen. „Es ist dies eines der besten Digitalisierungsprojekte aus Wirtschaft und Verwaltung in Österreich“, ein vorbildhaftes Engagement der Exekutive zum Thema Demenz, eine Investition in Menschen und Zusammenleben und „die erfreuliche Initiative und übergreifende Zusammenarbeit“, so die Jury. Dieser Wirtschaftspreis wird jährlich vom Fachverlag Report in Kooperation mit der Plattform digitales Österreich und Partnern aus der Wirtschaft vergeben. Nominiert waren insgesamt 46 Projekte in sieben Kategorien.



Die Verleihung des Prädikates „Demenzfreundliche Dienststelle“ an 58 Tiroler Polizeidienststellen.



33 weitere Dienststellen aus Salzburg, Niederösterreich, Oberösterreich, Burgenland und Wien wurden im Bundesministerium ausgezeichnet.

STATISTIK/ERFOLG

Am 27. März 2019 gab es in Tirol die Verleihung des Prädikates „Demenzfreundliche Dienststelle“ an 58 Tiroler Polizeidienststellen und 1069 zertifizierte PolizistInnen. Damit ist Tirol im Österreichvergleich Spitzenreiter bei der Anzahl an „demenzfreundlichen Dienststellen“.

Am 3. April 2019 wurden im Festsaal des Bundesministerium für Inneres, Herrngasse 7, weitere „Demenzfreundliche Dienststellen“ ausgezeichnet. Es wurden weitere 33 Dienststellen aus Salzburg, Niederösterreich, Oberösterreich, Burgenland und Wien ausgezeichnet.

Zudem wird „Einsatz Demenz“ auch im Bericht der Weltgesundheitsorganisation als besonderes Referenzprojekt aufgenommen werden.

ZAHLEN/DATEN/FAKTEN

Rund 11.500 PolizistInnen haben bereits die E-Learning-Module mit einem Zertifikat abgeschlossen und 150 Dienststellen österreichweit wurden bereits mit dem Zertifikat „demenzfreundliche Dienststelle“ ausgezeichnet.

Ein Folge-Projekt unter dem Titel „Demenz Aktiv-gemeinde“ ist bereits in Arbeit.

DANKE

FÜR IHRE SPENDE FÜR
EIN GUTES LEBEN MIT
DEMENZ



NEUE BÜHNE WIEN UNTERSTÜTZTE MAS ALZHEIMERHILFE

Vom 8. März bis 27. April 2019 brachte die Neue Bühne Wien Til Schweigers Filmversion „Honig im Kopf“ als Theaterstück auf die Bühnen in Wien, Niederösterreich, Oberösterreich, Burgenland und Steiermark. Intendant Marcus Strahl und sein Team setzten dem Bühnenwerk noch eine begleitende Charity-Aktion hinzu. Denn im Rahmen der Veranstaltung wurde Honig verkauft. 12.654 Euro konnten die Schauspieler und Intendant Marcus Strahl an Felicitas Zehetner, Obfrau der MAS Alzheimerhilfe, am Abschlussabend übergeben. Die MAS Alzheimerhilfe bedankte sich bei Intendant Strahl und dem kompletten Team aber auch deren Partnern Senecura Grafenwörth und Wald und Wiese-Honig, die bei der Herstellung beziehungsweise Sponsoring des Honigs geholfen haben.



BIERREGION INNVIERTEL HALF MIT GENUSS UND KOMPETENZ

Ein besonderes Schmankerl – und das im Wortsinne – war das Galamenu mit den fünf Innviertler Haubenköchen im Fill Future Dome in Gurten. 170 Feinspitze ließen sich im Rahmen des Innviertler Biermärz, unter der Veranstaltungsleitung von Andrea Eckerstorfer (Bierregion Innviertel) am 28. März 2019, von Christoph Forthuber (Forthubers Restaurant, Munderfing), Florian Schlöglmann (Wirt z'Kraxenberg, Kirchheim/l.), Peter Reithmayr (Aqarium, Geinberg), Lukas Kienbauer (Lukas, Schärding) und Dominik Bauböck (Bauböck, Gurten), allerfeinst bekochen. Der Erlös von 10.000 Euro dieses „Sieben-Hauben-Abends“ ging an die MAS Alzheimerhilfe. Herzlichen Dank für die Besonderheit des Abends und der schönen Spendensumme.



MAS ALZHEIMERHILFE UND HLW BAD ISCHL GEWANNEN NACHHALTIGKEITSPREIS 2019 LIONS CLUB INTERNATIONAL

Der Lions-Distrikt 114 Mitte (Oberösterreich/Steiermark) zeichnete das Projekt „Demenz – Wissen macht Schule“ – Die „Für das Leben lernen“ – Kooperation zwischen der HLW Bad Ischl und der MAS Alzheimerhilfe mit dem Nachhaltigkeitspreis 2019 aus. Der erste Platz, mit einem Preisgeld von 2.000 Euro ging an die HLW Bad Ischl/MAS Alzheimerhilfe. Dankeschön!

IHRE SPENDE HILFT!
FÜR EIN BESSERES
LEBEN MIT DEMENZ

DANKE

Ich bedanke mich recht herzlich bei unserem Vorstand, bei unserem Beirat und bei allen MitarbeiterInnen für die engagierte Arbeit.

Ich bedanke mich ganz besonders bei unseren Mitgliedern, Freunden und allen Familien, die bei festlichen Anlässen wie Geburtstagen oder Jubiläen die MAS Alzheimerhilfe bedacht haben. Mein Dank gilt auch den Familien, die anstelle von Kranz- oder Blumenspenden die MAS Alzheimerhilfe unterstützt haben.

Hinweis: Bitte vergessen Sie nicht Ihren Mitgliedsbeitrag 2020 einzuzahlen. Der beigelegte Erlagschein kann für den noch ausstehenden Mitgliedsbeitrag 2019 oder auch schon für Ihren Unterstützungsbeitrag 2020 verwendet werden. Für die bereits bezahlten Beträge 2019 bedanke ich mich.

Es würde mich sehr freuen, wenn Sie für die MAS Alzheimerhilfe Freunde für die Unterstützung gewinnen könnten. Jede/r hilft uns weiter, Begleit-, Hilfs- und Entlastungsangebote, die noch dringend gebraucht werden, entwickeln zu können.

Mit herzlichen Grüßen



Felicitas Zehetner, Obfrau und Gründerin der MAS Alzheimerhilfe



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





Roland Sperling (MAS) am Informationstelefon bei „Stöckl live“.

**DIE MAS ALZHEIMERHILFE IST IHRE ANLAUFSTELLE
IN ALLEN FRAGEN ZU DEMENZ/ALZHEIMER.**

DIE MAS ALZHEIMERHILFE
BEDANKT SICH IM NAMEN
DER BETROFFENEN FAMILIEN
FÜR IHRE UNTERSTÜTZUNG.



WAAAS

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



**AUCH MIT ALZHEIMER IST EIN
GUTES LEBEN MÖGLICH.**

www.alzheimerhilfe.at
www.alzheimerakademie.at
www.alzheimerurlaub.at