

OSTERN WECKT ERINNERUNGEN



Ostern ist ein Frühlingsfest mit vielen traditionellen Bräuchen und schönen Erinnerungen an fröhliche Kindheitstage. Familien mit Menschen mit Demenz können die Feiertage für ein harmonisches Miteinander nützen, indem Rituale gemeinsam gepflegt werden, die das Gedächtnis der Betroffenen aktivieren und positive Gefühle auslösen.

TIPP: GEMEINSAME VORBEREITUNG

Versuchen Sie den Rhythmus der Jahreszeiten bewusst wahrzunehmen und zu erleben. Die Fastenzeit ist vorbei und der Frühling nähert sich. Helfen Sie gemeinsam dem Osterhasen bei den Vorbereitungen auf das Osterfest. So können Sie beispielsweise Eier bunt bemalen.

Achtung: Ausgeblasene Eier sind je nach Krankheitsstadium für Menschen mit Demenz nicht optimal. Besser geeignet sind Styropor- oder Holzeier. Bemalen Sie sie gemeinsam mit Fingerfarben oder bekleben Sie sie mit Abziehbildern.

Sie können die ersten Frühlingsblumen suchen oder Schmetterlinge aus Seidenpapier basteln und vieles, vieles mehr. Sie können Ihren Angehörigen aber auch bei der Zubereitung des Festmahls einbinden, wie zum Beispiel Gemüse oder Osterbrot schneiden oder Tisch decken.

TIPP: ERINNERUNGEN BEWUSST WACHRUFEN

Vertraute Rituale und Brauchtumspflege helfen, Erinnerungen bewusst wachzurufen. Auch alte Bilder und Erinnerungsalben, können unterstützend sein. Gerade Osterbräuche (Ratschen, Osterfeuer, Godnkipferl), besondere Osterspeisen (Kärntner Reindling, Osterpinze, Osterschinken im Brotteig), spezielle Aktivitäten (wie das Eierpecken, das Eierrollen oder Eiertragen) sind ein Sammel-sorium für eine gemeinsame Reise in die Vergangenheit. Mancherorts wird man überrascht sein, welche Schätze da noch zu Tage kommen.



TIPP: GEMEINSAME ZEIT

Als Angehörige kennen Sie die Lebensgeschichte und Bedürfnisse Ihres Familienmitglieds am besten. Sie können dieses Wissen nützen, um den Umgang miteinander positiv zu gestalten: Menschen mit Demenz freuen sich über Aktivitäten, die ihnen noch möglichst selbstständig gelingen. Wichtig ist immer eine gute Zeit miteinander zu haben. Die Freude am Tun muss aufrecht bleiben. Das kann der gemeinsame Osterspaziergang, der Besuch eines Ostermarktes oder ein kreativer Nachmittag sein. Vielleicht ist Ostern als Familienfest auch eine Gelegenheit, Spiele, die schon ein bisschen in Vergessenheit geraten sind, wieder zu aktivieren?

ÜBERLEGEN SIE EIN KLEINES OSTERGESCHENK?

Kleine Geschenke können auch dazu beitragen Körper und Geist zu aktivieren. Das gemeinsame Tun stärkt das Gefühl der Zusammengehörigkeit. Es gibt viele Geschenkideen, die gleichzeitig auch anregend sind. Ein Beispiel dafür ist „Magic Minutes“.



Magic Minutes unterstützt Sie konkret mit Online Angeboten für spontane Aktivierung und Beschäftigung von Menschen mit Demenz durch ausgewählte Musik, Bilder, Töne, Hörstücke und Übungen zum Ausdrücken. Gegen eine monatliche Zahlung von € 4,80 erhalten Sie ein schönes Hilfsmittel für Beschäftigungsübungen mit ihrem Angehörigen. Das Gute daran: 50% der Einnahmen gehen an die MAS Alzheimerhilfe und ihr Engagement für Menschen mit Demenz und deren Angehörigen.

- Magic Minutes können Sie direkt auf www.Magic-Minutes.at bzw. www.thebraincompany.net oder unter 07612/21595 abonnieren und sofort nutzen.
- Magic Minutes ist jederzeit kündbar.
- Informationen erhalten Sie auch bei der MAS Alzheimerhilfe.

HINWEIS: Achten Sie immer auf das Demenzstadium. Seien Sie nicht enttäuscht, wenn Ihr betroffener Angehöriger keine Freude oder starke Emotionen zeigt. Seine Empfindungen sind trotz der Demenz vorhanden. Gefühle bleiben bis zum Schluss, auch wenn sie kaum oder gar nicht mehr geäußert werden können.



Rat und Hilfe in allen Fragen zu Demenz/Alzheimer erhalten Sie bei der MAS Alzheimerhilfe.



MAS Alzheimerhilfe

Zentrale

Lindaustraße 28
4820 Bad Ischl
+43 (0) 6132/21410-0
Mail: alzheimerhilfe@mas.or.at

DSS Bad Ischl +43/664/88 92 86 19
DSS Braunau +43/664/458 00 71
DSS Gmunden +43/664/858 94 85
DSS Linz Nord/Urfahr +43/664/213 99 77
DSS Kirchdorf +43/664/854 66 94
DSS Ried/I +43/664/854 66 92
DSS Rohrbach +43/664/854 66 99



LAND
OBERÖSTERREICH



Österreichische
Gesundheitskasse